

**МЕЛІТОПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО**

Факультет фізичної культури спорту та психології

Кафедра психології

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
на здобуття освітнього ступеня магістр на тему:**

**«ФОРМУВАННЯ ЗГУРТОВАНOSTІ ГРОМАДИ ШЛЯХОМ
РОЗБУДОВИ МІСЬКОГО ПАРКУ»**

Виконала: здобувачка вищої освіти

Групи М414-ф

Денного відділення

Спеціальність: 053 - Психологія

Спеціальність: 206 – Садово-паркове господарство

Освітньо-професійна програма: Гарденотерапія

Новікова Олена Олександрівна

Наукові керівники:

Фалько Наталя Миколаївна доктор психологічних наук, професор

Тутова Ганна Федорівна старший викладач кафедри ботаніки, екології та садово-паркового господарства

Рецензент:

Кунах Ольга Миколаївна доктор біологічних наук, професор кафедри біорізноманіття та екології Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара

Запоріжжя 2026 рік

АНОТАЦІЯ

Новікова О. Формування згуртованості громади шляхом розбудови міського парку

У кваліфікаційній роботі досліджено проблему формування згуртованості громади в умовах урбанізованого середовища через розбудову міського паркового простору. Теоретичний аналіз дозволив розглядати соціальну згуртованість як багатовимірний феномен, що включає міжособистісну довіру, почуття належності, соціальну участь та орієнтацію на спільне благо. Обґрунтовано роль природного середовища як чинника, що сприяє зниженню психоемоційного напруження, активізації соціальної взаємодії та формуванню соціального капіталу громади.

Емпіричне дослідження проведено за участі 30 респондентів та базувалося на використанні Індексу соціальної згуртованості SCORE, методики соціометричного дослідження Дж. Морено, адаптованої шкали суб'єктивного благополуччя та авторської анкети. Результати засвідчили середній рівень згуртованості громади, наявність потенціалу до розвитку соціальної взаємодії та значущу роль паркового простору як середовища емоційного відновлення і соціального зближення.

Розроблено саденотерапевтичні підходи до формування згуртованості громади та практичні рекомендації щодо інтеграції мешканців у процес розбудови міського парку. Запропоновані заходи передбачають активізацію спільної діяльності, формування почуття належності та відповідальності за спільний простір. Доведено, що саденотерапевтичні практики можуть виступати ефективним інструментом зміцнення соціальної єдності громади та підвищення якості соціальної взаємодії.

Ключові слова: соціальна згуртованість, громада, міський парк, саденотерапія, соціальна взаємодія, почуття належності, соціальний капітал.

SUMMARY

Novikova O. Formation of community cohesion through the development of a city park

The qualification work investigated the problem of forming community cohesion in an urban environment through the development of city park space. Theoretical analysis allowed us to consider social cohesion as a multidimensional phenomenon, including interpersonal trust, a sense of belonging, social participation and orientation to the common good. The role of the natural environment as a factor contributing to the reduction of psycho-emotional stress, the activation of social interaction and the formation of social capital of the community was substantiated.

The empirical study was conducted with the participation of 30 respondents and was based on the use of the SCORE Social Cohesion Index, the sociometric research methodology of J. Moreno, the adapted subjective well-being scale and the author's questionnaire. The results showed an average level of community cohesion, the presence of potential for the development of social interaction and the significant role of park space as an environment of emotional recovery and social rapprochement.

Garden therapy approaches to building community cohesion and practical recommendations for integrating residents into the process of building a city park have been developed. The proposed measures include the activation of joint activities, the formation of a sense of belonging and responsibility for a common space. It has been proven that garden therapy practices can be an effective tool for strengthening social unity of the community and improving the quality of social interaction.

Keywords: social cohesion, community, city park, garden therapy, social interaction, sense of belonging, social capital.

РЕФЕРАТ

на тему «Формування згуртованості громади шляхом розбудови міського парку»

Структура роботи. Магістерська робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, що налічує 50 найменувань, додатків на 19 сторінках. Основний зміст роботи викладений на 74 сторінках і містить 13 таблиць, 6 рисунків. Загальний обсяг роботи 102 сторінок.

У магістерській роботі здійснено комплексне теоретико-емпіричне дослідження Формування згуртованості громади шляхом розбудови міського парку.

Обрана тема є сьогодні надзвичайно актуальною, оскільки сучасна урбанізація супроводжується зростанням соціальної ізоляції, емоційного вигорання та послабленням міжособистісних зв'язків у міських громадах. У цих умовах особливо важливим є формування згуртованості громади як основи соціального добробуту та сталого розвитку міста. Ефективним інструментом вирішення цієї проблеми виступає розбудова міських парків, які, зокрема через садотерапевтичні підходи, сприяють взаємодії, довірі та зміцненню соціальних зв'язків між мешканцями.

Метою цієї роботи є теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження можливостей формування згуртованості громади шляхом садотерапевтичного освоєння й розбудови міського парку.

Об'єктом дослідження є процес формування згуртованості громади, а **предметом** – садотерапевтичні умови та практики, що сприяють посиленню соціальних зв'язків у межах паркового середовища.

Для вирішення поставленої наукової проблеми та сформульованих завдань були застосовані такі **методи дослідження**:

– *теоретичні*: аналіз та узагальнення наукових джерел з психології, соціології, урбаністики та екотерапії; систематизація підходів до розуміння садотерапії та соціальної згуртованості; порівняльний аналіз концепцій впливу природного середовища на психосоціальні процеси;

– емпіричні: Індекс соціальної згуртованості SCORE; методика «Соціометричне дослідження групи» Дж. Морено; Адаптована шкала суб'єктивного благополуччя; Анкета для оцінки емоційного сприйняття паркового простору та соціальної взаємодії (власна розробка).

– *методи математичної обробки даних* – для кількісного аналізу отриманих результатів.

Проведене дослідження засвідчило, що соціальна згуртованість громади є багатовимірним феноменом, який формується на основі довіри, взаємодії, участі та почуття належності. Вона визначає рівень інтегрованості спільноти та стабільність соціальних зв'язків. Встановлено, що гарденотерапія є ефективним соціально-психологічним інструментом згуртування, оскільки поєднує вплив природного середовища, спільної діяльності та міжособистісної комунікації, сприяючи розвитку довіри та взаємопідтримки. Емпіричні результати показали середній рівень згуртованості громади, недостатню інтенсивність соціальних контактів, але водночас підтвердили значний потенціал паркового простору як середовища взаємодії. Практична апробація гарденотерапевтичних заходів засвідчила покращення емоційного стану учасників, підвищення відкритості до спілкування та формування відчуття причетності. Отже, формування згуртованої громади можливе за умови розвитку паркового простору та активного залучення мешканців до спільної діяльності, де гарденотерапія виступає дієвим інструментом зміцнення соціальної єдності.

Ключові слова: соціальна згуртованість, громада, міський парк, гарденотерапія, соціальна взаємодія, почуття належності, соціальний капітал.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ЗГУРТОВАНOSTІ ГРОМАДИ В КОНТЕКСТІ БЛАГОУСТРОЮ ПАРКОВОГО ПРОСТОРУ.....	8
1.1. Теоретичні підходи до розуміння згуртованості соціальних спільнот.....	8
1.2. Роль і місце саденотерапії у формуванні згуртованості громади.....	18
1.3. Розбудова природного середовища як спосіб згуртованості громади.....	25
РОЗДІЛ 2. ПСИХОЛОГО-СОЦІАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ФОРМУВАННЯ ЗГУРТОВАНOSTІ ГРОМАДИ В УМОВАХ ПАРКОВОГО ПРОСТОРУ.....	30
2.1. Обґрунтування методів психолого-соціального дослідження.....	30
2.2. Результати дослідження рівня згуртованості громади та соціальної взаємодії.....	34
2.3. Емоційне сприйняття паркового простору та його роль у формуванні соціальної єдності.....	42
РОЗДІЛ 3. САДЕНОТЕРАПЕВТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ФОРМУВАННЯ ЗГУРТОВАНOSTІ ГРОМАДИ ШЛЯХОМ РОЗБУДОВИ МІСЬКОГО ПАРКУ.....	54
3.1. Психолого-соціальні умови ефективного використання паркового простору як середовища згуртування.....	54
3.2. Саденотерапевтичні практики як інструмент активізації соціальної взаємодії у громаді.....	57

3.3. Пропозиції щодо інтеграції мешканців у процес розбудови міського парку з урахуванням психосоціального потенціалу простору.....	63
ВИСНОВКИ.....	67
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	73
ДОДАТКИ.....	80

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасні урбаністичні трансформації супроводжуються не лише технічним і архітектурним оновленням міського простору, а й глибинними соціальними змінами. В умовах стрімкої урбанізації, зростання щільності населення, інформаційного перевантаження та постійного поспіху все більш відчутними стають явища соціальної ізоляції, емоційного вигорання та фрагментації людських зв'язків. Мешканці великих міст дедалі частіше замикаються у власних просторах, втрачаючи потребу у спільній діяльності, співпереживанні та живому міжособистісному спілкуванні. Це призводить до зниження рівня соціального капіталу та ослаблення почуття спільності й взаємної відповідальності.

У такому контексті особливої актуальності набуває проблема формування згуртованості громади – як фундаментальної передумови сталого розвитку міського середовища, забезпечення психологічного добробуту населення та активної громадянської участі. Одним із перспективних напрямів вирішення цієї проблеми є створення та гармонійна розбудова зелених зон, зокрема парків, що можуть виконувати не лише рекреаційну, а й психосоціальну функцію. Добре спроектований парковий простір здатен стати місцем зустрічей, взаємодії, спільної діяльності, що сприяє формуванню довіри, солідарності та колективної ідентичності серед мешканців.

У цьому контексті все більше уваги привертає гарденотерапія – метод психологічного впливу, що ґрунтується на цілеспрямованій взаємодії людини з природним середовищем через догляд за рослинами, участь у благоустрої ландшафтів, спостереження за змінами в природі. Цей напрям набуває поширення у сфері екотерапевтичних практик, психосоціальної підтримки та реабілітації різних груп населення. Наукові дослідження підтверджують, що перебування у природному середовищі сприяє зниженню рівня тривожності, покращенню когнітивного функціонування, зміцненню відчуття безпеки, сенсу та емоційної стабільності. Паркові зони, облаштовані з урахуванням принципів

гарденотерапії, можуть виступати ефективним інструментом зміцнення соціальних зв'язків і створення простору позитивної взаємодії.

Однак потенціал гарденотерапевтичного підходу в контексті формування згуртованості громади залишається досі недостатньо розкритим у науковій літературі та практичній площині. Саме ця прогалина виводить дослідження на рівень актуального, практично значущого й соціально орієнтованого завдання, що потребує міждисциплінарного осмислення та емпіричного підтвердження.

Об'єкт дослідження – процес формування згуртованості громади.

Предмет дослідження – гарденотерапевтичні умови та практики, що сприяють посиленню соціальних зв'язків у межах паркового середовища.

Мета дослідження – теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження можливостей формування згуртованості громади шляхом гарденотерапевтичного освоєння й розбудови міського парку.

Відповідно до поставленої мети були визначені такі **завдання дослідження**:

1. Вивчити теоретичні підходи до розуміння згуртованості соціальних спільнот.
2. Проаналізувати роль і місце гарденотерапії у формуванні згуртованості громади.
3. Обґрунтувати роль розбудови природного середовища як способу формування згуртованості громади.
4. Здійснити психолого-соціальне дослідження формування згуртованості громади в умовах паркового простору.
5. Визначити психолого-соціальні умови ефективного використання паркового простору як середовища згуртування.
6. Розкрити потенціал гарденотерапевтичних практик як інструменту активізації соціальної взаємодії у громаді.
7. Розробити практичні рекомендації щодо інтеграції мешканців у процес розбудови міського парку з урахуванням його психосоціального впливу.

Методи дослідження. Для вирішення поставленої наукової проблеми та сформульованих завдань були застосовані такі методи дослідження:

– *теоретичні*: аналіз та узагальнення наукових джерел з психології, соціології, урбаністики та екотерапії; систематизація підходів до розуміння саденотерапії та соціальної згуртованості; порівняльний аналіз концепцій впливу природного середовища на психосоціальні процеси;

– *емпіричні*: Індекс соціальної згуртованості SCORE; методика «Соціометричне дослідження групи» Дж. Морено; Адаптована шкала суб'єктивного благополуччя; Анкета для оцінки емоційного сприйняття паркового простору та соціальної взаємодії (власна розробка).

– *методи математичної обробки даних* – для кількісного аналізу отриманих результатів.

Експериментальна база дослідження. Експериментальною базою дослідження виступило комунальне підприємство Слов'янської міської ради «Благоустрій», діяльність якого спрямована на утримання та розвиток міського паркового простору.

Наукова новизна роботи полягає у міждисциплінарному підході до проблеми формування згуртованості громади через інтеграцію саденотерапевтичних практик у процес розбудови міського парку. У дослідженні вперше здійснено спробу розглядати парковий простір не лише як об'єкт благоустрою, а як психосоціальне середовище, здатне виступати інструментом посилення соціальної взаємодії та колективної ідентичності мешканців. Запропоновано нову інтерпретацію саденотерапії як чинника не лише індивідуального психоемоційного благополуччя, а й соціальної згуртованості в межах локальної громади.

Теоретичне значення дослідження полягає в поглибленні наукових уявлень про соціальну згуртованість як процес, що формується у взаємозв'язку з просторовим контекстом, зокрема природним середовищем міста. У роботі саденотерапія розглядається як чинник, здатний впливати не лише на індивідуальний психоемоційний стан, а й на якість соціальної взаємодії та

колективну ідентичність громади. Дослідження доповнює міждисциплінарний дискурс про роль зелених зон у формуванні соціального капіталу в умовах урбанізованого середовища.

Практичне значення результатів дослідження полягає в можливості їхнього застосування у процесі розробки та реалізації соціально орієнтованих програм благоустрою міського середовища, спрямованих на формування згуртованості громади засобами паркового простору. Отримані емпіричні дані та аналітичні висновки можуть бути використані в діяльності органів місцевого самоврядування, громадських ініціатив, спеціалістів з соціальної роботи, психологів, урбаністів і педагогів при плануванні та впровадженні інтеграційних практик, орієнтованих на зміцнення міжособистісної взаємодії та розвиток соціального капіталу в межах локальних спільнот. Результати дослідження також мають прикладне значення для організації саденотерапевтичних програм у міському середовищі, які можуть бути використані як ефективний інструмент профілактики соціальної ізоляції, підвищення емоційного добробуту та стимулювання колективної участі у процесах розбудови спільного простору.

Апробація. Результати дослідження обговорювалися на засіданнях психологічного гуртка «Ordo amoris» Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького та опубліковані у матеріалах Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції: Фалько Н., Новікова О. Формування згуртованості громади шляхом розбудови міського парку. *Психологічна наука і практика: сучасні виклики та допомога особистості у кризових умовах*. 2025. С. 336–338.

Структура роботи. Магістерська робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, що налічує 50 найменувань, додатків на 19 сторінках. Основний зміст роботи викладений на 74 сторінках і містить 13 таблиць, 6 рисунків. Загальний обсяг роботи 102 сторінки.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ЗГУРТОВАНOSTІ ГРОМАДИ В КОНТЕКСТІ БЛАГОУСТРОЮ ПАРКОВОГО ПРОСТОРУ

1.1. Теоретичні підходи до розуміння згуртованості соціальних спільнот

Соціальна згуртованість, яку нерідко розглядають як ключовий чинник інтеграції та стабільності суспільства, все частіше стає об'єктом уваги науковців. Це зумовлено прагненням глибше осягнути механізми її формування, а також оцінити її вплив як на суспільні процеси загалом, так і на добробут окремих індивідів. Водночас поняття соціальної згуртованості залишається багатоаспектним і дискусійним: досі не існує універсально визнаного підходу до його визначення, що ускладнює як теоретичне осмислення, так і практичне застосування цього феномена [8].

У науковій літературі представлено низку дефініцій поняття соціальної згуртованості, однак досі відсутній загальновизнаний підхід щодо того, яке саме з них є найбільш придатним для використання в емпіричних дослідженнях [17; 23]. Значною мірою це зумовлено відмінностями в інтерпретації концепції залежно від галузі наукового або політичного дискурсу – зокрема, у межах економіки, соціології, політичних наук і психології. У процесі концептуалізації дослідники інтегрували власні теоретико-методологічні підходи, що сприяло формуванню множинних вимірів соціальної згуртованості. Такий міждисциплінарний внесок, з одного боку, збагатив розуміння феномена, а з іншого – ускладнив створення єдиного концептуального поля. Попри консенсус щодо багатовимірності поняття, тривають наукові дискусії стосовно кількості та сутності його ключових складових [25; 41; 7]. З огляду на зростаючий науковий інтерес до феномену соціальної згуртованості, актуалізується необхідність глибшого осмислення її генези, теоретичного статусу, змістового

наповнення та структурної організації в межах міждисциплінарного академічного дискурсу.

Поняття соціальної згуртованості має складне походження, сформоване під впливом різних наукових напрямів, що зумовлює його варіативність – від абстрактних концептуальних інтерпретацій до практичних підходів до операціоналізації та вимірювання [3]. Такий спектр підходів вимагає системного аналізу для формування цілісного уявлення про досліджуваний конструкт.

Інтерес наукової спільноти до проблематики соціальної згуртованості коливався з часів класичних досліджень Е. Дюркгайма. У праці 1897 року він трактував соціальну згуртованість як взаємозалежність членів суспільства, що виражається у відсутності прихованих соціальних конфліктів і наявності стійких міжособистісних зв'язків [25]. На думку дослідника, підтримання соціального порядку можливе завдяки одній із двох форм солідарності. Механічна солідарність була властива традиційним, однорідним суспільствам, у яких спільність занять, цінностей і вірувань забезпечувала згуртованість. Натомість органічна солідарність формувалась у сучасних або індустріалізованих соціумах, де згуртованість ґрунтується на функціональній взаємозалежності індивідів, що виконують різні соціальні ролі.

Пік інтересу до феномену соціальної згуртованості, як правило, припадає на періоди суттєвих економічних, політичних або соціальних трансформацій. Упродовж останніх десятиліть концепція соціальної згуртованості набула особливої ваги як у науковому дискурсі, так і в політичних стратегіях і програмах розвитку [8]. Наукові джерела демонструють розмаїття підходів до її осмислення, однак умовно дослідження можна класифікувати за трьома основними напрямками, які іноді перетинаються: соціальні взаємини, відчуття належності та орієнтація на спільне благо [12]. У рамках вивчення соціальних зв'язків акцент робиться на кількісних та якісних характеристиках міжособистісної взаємодії, рівні соціальної довіри й здатності сприймати різноманіття в межах спільноти. Орієнтація на колективне благо охоплює

компоненти солідарності, готовності підпорядковувати особисті інтереси спільним, дотримання соціальних норм і стандартів, а також активну участь у соціокультурному житті суспільства [8; 2; 1]. Як засвідчує аналіз, наявні підходи до трактування соціальної згуртованості демонструють певну варіативність. У цьому контексті особливої значущості набуває питання міждисциплінарного характеру цього феномену. Водночас у межах обраного наукового фокусу актуалізується потреба ідентифікації його психологічних складових. Очевидно, що багато з раніше окреслених вимірів соціальної згуртованості мають чітко виражену психологічну природу, що дозволяє розглядати їх як її психологічні компоненти. Виокремлення таких компонентів відкриває перспективу побудови цілісної психологічної моделі соціальної згуртованості, адаптованої до завдань емпіричного дослідження.

Упродовж останніх десятиліть соціальна згуртованість дедалі частіше розглядається як одне з центральних понять у сучасних соціогуманітарних дослідженнях. Аналіз наукової літератури свідчить про умовне структурування підходів до вивчення цього феномену у три ключові та взаємопов'язані сфери: соціальні зв'язки, відчуття належності та орієнтація на колективний добробут [6].

Завдяки концептуальній спадщині Е. Дюркгайма сучасна наука оперує узагальненими визначеннями соціальної згуртованості, що фокусуються навколо трьох ключових понять: довіра, участь або співпраця, а також почуття належності чи інклюзивної ідентичності [24; 41; 30; 34]. Поняття довіри, співзвучне з дюркгаймівською ідеєю соціальної взаємозалежності, трактується як впевненість у тому, що інші особи, групи або інституції, навіть маючи потенціал спричинити шкоду, утримаються від цього, що, своєю чергою, зумовлює готовність індивіда бути вразливим у стосунках [30]. Компоненти співпраці та участі репрезентують аспект міцних соціальних зв'язків: перший – як горизонтальну взаємодію заради спільного блага без зовнішніх стимулів, другий – як вертикальний вимір, що охоплює соціокультурну залученість [13]. Що стосується інклюзивної ідентичності, Е. Дюркгайм розглядає її як

ключовий елемент, який забезпечує індивіду можливість відчувати себе частиною єдиної спільноти. У свою чергу, Дж. Кім з колегами [30] тлумачать почуття належності як рівень, до якого окрема особа або соціальна група відчують свою інтегрованість і прийнятність у певному соціальному середовищі. Попри те, що компоненти довіри, участі/співпраці та належності/інклюзивної ідентичності функціонують як відносно автономні складові, жоден із них не може бути повноцінно реалізованим у контексті внутрішньогрупових або міжгрупових конфліктів. Таким чином, навіть якщо сучасні підходи не артикулюють це безпосередньо, відсутність соціального конфлікту постає як базова умова, що забезпечує можливість існування соціальної згуртованості в дюркгаймівському сенсі.

Зростаючий науковий інтерес до феномену соціальної згуртованості в межах соціальних наук зумовив появу низки спроб систематизувати напрацьовані теоретичні підходи та визначити спільні засади для її аналізу й оцінювання [41]. Зокрема, Д. Шифер і Дж. ван дер Нолл у своїй оглядовій статті прагнули показати, що попри різноманітність підходів – які часто зумовлені ідеологічними передумовами чи політичними пріоритетами конкретних акторів – у більшості випадків існує суттєве *conceptual overlap*, тобто збіг основних елементів. На їхню думку, відмінності між підходами не є настільки суттєвими, як це може здаватися на перший погляд, адже більшість із них концентрується навколо схожих базових категорій.

У процесі аналізу наукової літератури, присвяченої соціальній згуртованості, автори абстрагувалися від специфіки окремих концептуальних рамок і виокремили шість ключових вимірів, що найчастіше зустрічаються в дослідженнях. До таких вимірів вони віднесли: соціальні зв'язки, ідентифікацію зі спільнотою, орієнтацію на спільне благо, наявність спільних цінностей, загальну якість життя, а також рівність/нерівність. При цьому зазначається, що деякі з названих вимірів мають внутрішню диференціацію та можуть бути поділені на додаткові підкомпоненти для глибшого емпіричного аналізу [41].

Незважаючи на широке визнання цінності таких категорій, як «добробут» і «нерівність», чимало дослідників наголошують на доцільності їх виключення з переліку структурних складових соціальної згуртованості. Їхня позиція спирається як на концептуальні, так і на емпіричні міркування. Зокрема, добробут, відповідно до загальноприйнятого тлумачення, здебільшого розглядається як характеристика окремої особистості, а не суспільства загалом. У цьому контексті його включення до моделі соціальної згуртованості ускладнює встановлення причинно-наслідкових зв'язків, зокрема між рівнем згуртованості в суспільстві та показниками людського розвитку (Human Development Index), які фактично відображають рівень добробуту.

Ще одним дискусійним аспектом є включення показників соціальної чи економічної нерівності до структури соціальної згуртованості. Хоча цей підхід підтримується частиною наукової спільноти [33] і фігурує в низці теоретичних моделей, критики вважають, що він більше орієнтований на розробку комплексних інструментів вимірювання, ніж на пояснення природи самого феномену. Таким чином, «нерівність» і «добробут» радше розглядаються як зовнішні чинники чи наслідки соціальної згуртованості, а не як її безпосередні складові [19].

У сучасному академічному дискурсі, а також серед практиків, широкого визнання набуло визначення соціальної згуртованості, запропоноване Дж. Чаном та його колегами. Згідно з їхнім підходом, соціальна згуртованість трактується як система вертикальних та горизонтальних зв'язків між індивідами, соціальними групами та державними інститутами, які забезпечують єдність суспільства. Автори виокремлюють три фундаментальні атрибути згуртованості: ідентичність, довіру та співпрацю, що проявляються як у формі поглядів, так і у поведінкових патернах, орієнтованих на спільне благо [8].

Уникаючи надмірної концептуальної складності, дослідники цілеспрямовано формулюють лаконічне, але змістовне визначення, що охоплює основні характеристики, спільні для більшості підходів до вивчення цього феномену. При цьому підкреслюється, що жоден з названих елементів не

гарантує згуртованості, якщо він не носить інклюзивного характеру. Наприклад, надмірна орієнтація на внутрішньогрупову співпрацю може обмежити розвиток ширшого суспільного добробуту, а довіра, зосереджена виключно в межах певної соціальної групи, може водночас сприяти маргіналізації інших.

Одним із дискусійних питань, що супроводжує концептуалізацію соціальної згуртованості, є визначення її природи: чи слід трактувати згуртованість як сталісну характеристику соціального утворення, чи радше як процесуальний феномен. У цьому контексті А. Каррон та Л. Броулі [20] пропонують розглядати згуртованість як динамічний процес, що виявляється у прагненні членів групи залишатися об'єднаними з метою досягнення спільних цілей або задоволення емоційних потреб. Це визначення має універсальний характер і застосовується до різних типів соціальних утворень – від спортивних команд і трудових колективів до військових підрозділів, локальних спільнот чи дружніх компаній.

У зазначеній інтерпретації згуртованість постає не як постійна риса або стабільний стан групи, а як змінна величина, що трансформується відповідно до етапів розвитку групової динаміки. Такий підхід спонукає відмовитися від уявлення про згуртованість як про фіксовану, цілісну та виключно позитивну характеристику, натомість розглядаючи її як адаптивну форму соціальної взаємодії, яка розгортається в часовому вимірі.

Подібної позиції дотримується і Дж. Брун [18], який, спираючись на низку дослідників, підкреслює, що малі соціальні групи є динамічними системами, які завдяки своїм адаптаційним механізмам здатні формувати і підтримувати згуртованість. Відповідно, рівень згуртованості доцільно оцінювати не як сталий показник, а як контекстуально зумовлений параметр, що змінюється залежно від етапу розвитку групи та специфіки її функціонування.

Альтернативна наукова позиція щодо природи соціальної згуртованості полягає в її статичному розумінні. Зокрема, Дж. Чан з колегами звертають

увагу на те, що трактування згуртованості як процесу не узгоджується з інтуїтивним змістом цього поняття. На думку дослідників, у повсякденному дискурсі термін «згуртованість» переважно асоціюється з певним рівнем єдності або інтеграції спільноти, тобто розглядається як стан, а не як процесуальна динаміка. У цьому контексті процесуальний підхід може бути сприйнятий як контрінтуїтивний, оскільки передбачає існування певного кінцевого стану або «максимального рівня» згуртованості, якого спільнота має досягти. Проте сама ідея максимальної соціальної згуртованості видається сумнівною, адже не має емпірично чи концептуально визначених меж [8].

У психологічному контексті соціальна згуртованість трактується як сукупність ставлень індивідів до свого членства в групі та відповідної поведінки. Первинні дослідження в цій сфері зосереджувалися на тривалості перебування особи в групі як ключовому індикаторі згуртованості. Зокрема, Л. Фестінгер та його колеги описували це явище як сукупність сил, що впливають на індивідів, спонукаючи їх залишатися членами певної групи. Таким чином, згуртованість розглядається не лише як причинно-обумовлений процес, а передусім як підсумок дії численних внутрішніх і зовнішніх чинників, які забезпечують стабільність групової належності [8].

Суттєвий внесок у розуміння соціальної згуртованості зробив К. Бек, який трактував її як результат сукупного впливу всіх чинників, що спонукають індивідів залишатися в межах певної групи. Такий підхід акцентує увагу на динамічному характері групової належності, підкреслюючи її безперервність і змінність – аспекти, що залишаються релевантними в сучасних емпіричних дослідженнях. У свою чергу, Н. Фрідкін розвиває цю традицію, наголошуючи на причинно-наслідковій природі згуртованості як системи, що впливає на індивідуальне ставлення до групи та зумовлює пов'язану з цим поведінку [8].

Початкові концепції дослідження соціальної згуртованості, зосереджені на тривалості перебування індивіда в групі, з часом були доповнені двома ключовими положеннями. По-перше, дослідники дійшли висновку, що недостатньо розглядати лише фактичне рішення особи залишатися або

покидати групу – необхідно враховувати її суб'єктивне ставлення до членства. По-друге, постала потреба розробити більш комплексну теоретичну модель, що охоплює як установки, так і поведінкові прояви, пов'язані з груповою належністю. Саме ці психологічні аспекти вважаються найближчими предикторами індивідуального вибору щодо продовження чи припинення участі в групі.

З моменту перших дослідницьких підходів до аналізу ставлення та поведінки, пов'язаних із членством у групі, ця сфера була суттєво розширена. До неї включили широкий спектр можливих індивідуальних проявів, що можуть робити внесок у підтримку соціальної згуртованості в груповому середовищі. У сучасних дослідженнях поняття соціальної згуртованості охоплює практично будь-які форми ставлення чи поведінки, які інтерпретуються як ознаки прихильності до групи або її членів. З метою систематизації цих численних показників були проведені факторно-аналітичні дослідження, покликані звести розмаїття індикаторів привабливості членства та залученості до групи до обмеженої кількості ключових вимірів [8].

Попри значущість і практичну цінність факторно-аналітичних досліджень у вивченні соціальної згуртованості, Н. Фрідкін наголошує, що цей підхід становить лише початковий етап у розбудові глибшого розуміння причинно-наслідкових зв'язків між ставленнями до членства в групі та відповідною поведінкою. Дослідник підкреслює, що якщо окремі виміри соціальної згуртованості виступають передумовами або наслідками інших, їх необхідно розглядати у межах причинно-наслідкової моделі. Об'єднання таких компонентів у межах єдиного індикативного набору без урахування їхньої функціональної ролі може ускладнювати точне моделювання й інтерпретацію феномену соціальної згуртованості [8].

Незважаючи на розбіжності в теоретичному тлумаченні поняття групової згуртованості, більшість дослідників сходяться на думці, що вона слугує своєрідним індикатором готовності індивідів залишатися в межах групи. Високий рівень згуртованості зазвичай корелює з посиленою залученістю

учасників у групові процеси, глибошою ідентифікацією з колективом, підвищеною мотивацією робити внесок у досягнення спільних цілей і збереження добробуту групи. У цьому контексті Н. Фрідкін пропонує розглядати згуртованість крізь призму причинно-наслідкової моделі, в якій особистісне ставлення до членства виступає детермінантою різних типів поведінкових проявів. Згуртованість тут може розглядатися як змінна, пов'язана з тривалістю перебування особи в групі, водночас поєднуючи описові характеристики колективної взаємодії з індивідуальними чинниками.

На індивідуальному рівні соціальна згуртованість має як суб'єктивний вимір (переживання приналежності, емоційна залученість, когнітивна оцінка участі), так і об'єктивний (поведінкові прояви, соціальні дії). Часто індивідуальна згуртованість проявляється через стабільні індикатори: відчуття приналежності, ідентифікація з групою [25; 41], схеми соціальної взаємодії, досвід кооперації. Окремі підходи також підкреслюють зв'язок між соціальною згуртованістю, психічною стійкістю та психологічним благополуччям особистості [44].

Очевидно, що питання уніфікованої концептуалізації та операціоналізації феномену соціальної згуртованості залишається відкритим у сучасному науковому дискурсі. Водночас аналіз актуальної літератури дозволив виокремити низку повторюваних вимірів, які можуть бути предметом психологічного аналізу та дослідження. До таких ключових вимірів належать: соціальне залучення, міжособистісна довіра, відчуття належності до спільноти та характер соціальної взаємодії.

Окремі структурні компоненти соціальної згуртованості демонструють стабільні зв'язки з психологічними моделями соціального залучення, співпраці, готовності до участі та надання допомоги. Ці характеристики розглядаються як відносно сталі особистісні утворення (рисо-засоби), що можуть бути зумовлені диспозиційними установками на просоціальну поведінку [26]. Просоціальна мотивація, у свою чергу, є одним із ключових чинників у формуванні групової динаміки, оскільки визначає механізми включення або виключення з групи, а

також підтримує дотримання соціальних норм і сприяє зміцненню міжособистісної взаємодії.

Якість соціальних взаємин тісно пов'язана з довірою, а в окремих випадках може розглядатися як така, що безпосередньо ґрунтується на ній. Довіра відображає очікування індивіда щодо послідовної, передбачуваної поведінки інших осіб, а також впевненість у їхніх позитивних намірах. Вона формується під впливом стійких особистісних характеристик і може виступати як стабільна диспозиція, що виявляється у ставленні до надійності соціального оточення та ступеня готовності делегувати іншим соціальну відповідальність [8].

Таким чином, на основі здійсненого теоретичного аналізу й узагальнення академічних підходів було реконструйовано змістову та структурну архітектуру поняття «соціальна згуртованість». Незважаючи на розмаїття визначень і підходів до вивчення цього феномену, виявлено відносний консенсус щодо його базових характеристик. Зокрема, більшість науковців сходяться на тому, що соціальна згуртованість є багатовимірною категорією, яку доцільно досліджувати на різних рівнях соціальної організації: мікро-, мезо- та макрорівнях. Водночас її розглядають переважно як характеристику соціальних утворень – таких як групи, громади чи суспільства – а не індивідуальних суб'єктів, хоча її рівень безпосередньо залежить від поведінкових проявів та ставлень окремих осіб. У цьому контексті соціальна згуртованість постає як групова властивість, що визначається інтенсивністю й поширеністю позитивних міжособистісних настанов серед членів соціальної спільноти.

Отже, соціальна згуртованість постає не лише як теоретичний конструкт, а і як практичне завдання, пов'язане зі створенням умов для розвитку довіри, співпраці та почуття належності в громаді. У цьому зв'язку особливого значення набувають гарденотерапія та розбудова природного середовища як потенційні засоби формування згуртованості соціальної спільноти.

1.2. Роль і місце гарденотерапії у формуванні згуртованості громади

Гарденотерапія (садівнича терапія, терапевтичне садівництво, зелена терапія) у сучасному науковому дискурсі розглядається не лише як засіб покращення психоемоційного стану особистості, а і як перспективний інструмент розвитку соціальної взаємодії, підтримки колективної активності та формування відчуття спільності в межах локальних спільнот [29]. У найзагальнішому розумінні гарденотерапія передбачає цілеспрямоване й структуроване залучення людини до діяльності, пов'язаної з рослинами, садовим простором і природним середовищем, з метою психосоціальної підтримки, адаптації та покращення якості життя. Однак у контексті дослідження згуртованості громади особливого значення набуває той факт, що взаємодія з природою у форматі спільної діяльності сприяє не лише індивідуальному відновленню, а й формуванню довіри, кооперації, взаємної відповідальності та емоційної причетності до спільного простору.

Звернення до гарденотерапії як до механізму соціального згуртування не є випадковим. Історія її становлення свідчить, що поступова еволюція цього підходу відбувалася від інтуїтивного використання садівництва як форми підтримки психічного стану до визнання його як науково обґрунтованої, міждисциплінарної та соціально значущої практики. Кожен етап розвитку гарденотерапії позначений не лише розширенням доказової бази щодо її терапевтичного впливу, а й зміщенням уваги до її потенціалу у сфері соціальної адаптації, інтеграції та відновлення порушених зв'язків між людьми (табл. 1.1).

Таблиця 1.1

Історія становлення гарденотерапії

Етап	Особливості
Ранній емпіричний етап (кінець XIX – середина XX ст.)	Перші свідчення про терапевтичний ефект взаємодії з природою з'являються наприкінці XIX століття. У психіатричних закладах США та Європи садівництво починають застосовувати як елемент

	реабілітаційної програми, особливо для ветеранів Першої світової війни. Попри відсутність систематичних досліджень, саме в цей період формується розуміння саду як безпечного простору, що сприяє емоційному відновленню, фізичній активності та поступовому поверненню до соціального життя.
Інституціоналізація та професіоналізація гарденотерапії (1950–1980-ті рр.)	Гарденотерапія набуває статусу окремої професійної практики. У 1973 році створено Американську асоціацію садівничої терапії (АНТА), яка розробила стандарти підготовки кадрів і процедури сертифікації. Посилюється міждисциплінарна інтеграція з психотерапією, геріатрією, фізіотерапією та соціальною роботою.
	Наукові дослідження цього періоду зосереджуються переважно на клінічних кейсах, однак водночас формується уявлення про садівничу діяльність як про засіб соціального включення.
Емпіричне підґрунтя впливу природного середовища на психічне здоров'я (1990–2010 рр.)	У цей період відзначається стрімке зростання кількості емпіричних досліджень, що вивчають вплив природного середовища на психологічне благополуччя, стресостійкість та рівень тривожності. Сформовано ключові теоретичні засади: теорія відновлення уваги та теорія стресового відновлення, які пояснюють позитивний психофізіологічний ефект взаємодії з природою. Паралельно розвивається концепція «зеленої терапії» (green care), до якої включається гарденотерапія як структурований її різновид.
Етап доказової валідації та міжкультурного дослідження ефективності (2010–2020 рр.)	У цей період гарденотерапія набуває наукової валідності завдяки впровадженню рандомізованих контрольованих випробувань (RCT), що забезпечують високу достовірність результатів. Дослідження дедалі частіше фіксують не лише індивідуальні, а і групові ефекти гарденотерапії, зокрема покращення комунікації, зниження соціальної ізоляції та підвищення відчуття належності до спільноти.
Актуальний етап – посткризові та соціальні аспекти гарденотерапії (2020–дотепер)	Умови глобальних криз – пандемія COVID-19, війна в Україні, гуманітарні катастрофи – стимулювали інтерес до гарденотерапії як форми психосоціальної підтримки при масових травмах та втраті соціальних зв'язків. У Великій Британії впроваджено проєкти «садів відновлення» у медичних установах NHS. В Україні гарденотерапія активно інтегрується в роботу волонтерських

	ініціатив, центрів підтримки ВПО та програм реабілітації ветеранів.
--	---

Джерело: сформовано автором на основі [29; 38; 45]

Аналіз етапів становлення гарденотерапії дає підстави стверджувати, що цей підхід дедалі чіткіше виходить за межі суто індивідуальної терапії й набуває значення інструменту соціальної інтеграції. Якщо на початкових етапах садівнича діяльність використовувалась передусім як форма відновлення окремої людини, то в сучасних умовах вона розглядається також як спосіб відновлення порушених соціальних зв'язків, активізації спільної участі та формування нових моделей взаємодії в групі. Така трансформація особливо важлива в умовах криз, коли громада стикається не лише з матеріальними втратами, а й із фрагментацією довіри, ослабленням горизонтальних контактів та почуття спільності.

Гарденотерапія як форма психосоціального впливу передбачає не лише фізичну взаємодію з рослинами, а й інтегрує емоційні, сенсорні, символічні та комунікативні аспекти зв'язку людини з природним середовищем. На відміну від пасивного перебування в природі, гарденотерапія завжди містить елемент активної участі: висаджування рослин, догляд за ними, моделювання садового чи паркового простору, спостереження за сезонними змінами живої природи [10]. Саме ця активність створює умови для взаємодії між учасниками, спільного переживання процесу та результату, розподілу ролей, виникнення комунікації й усвідомлення колективної відповідальності за створений простір.

Теоретичне осмислення гарденотерапії як чинника згуртованості громади спирається на низку міждисциплінарних концепцій, які пояснюють механізми її позитивного впливу не лише на особистість, а і на соціальне середовище.

1. Біофільна гіпотеза. Згідно з теорією Е. Вілсона, потреба людини у взаємодії з природою має еволюційне підґрунтя [16]. Контакт із природними елементами – рослинами, водою, ґрунтом – викликає позитивні психофізіологічні реакції, посилює відчуття безпеки та внутрішньої цілісності. У груповому вимірі ця потреба реалізується через спільне переживання

природного середовища, що створює підґрунтя для емоційного зближення учасників, розвитку довіри та формування позитивного образу спільного простору.

2. Теорія відновлення уваги. Ця концепція пояснює, як природне середовище сприяє відновленню концентрації уваги, зниженню розумової втоми та покращенню здатності до планування і прийняття рішень [37; 47]. У контексті громади це означає, що спільна діяльність у природному середовищі може зменшувати емоційне напруження між учасниками, полегшувати комунікацію та створювати передумови для більш спокійної, відкритої й конструктивної взаємодії.

3. Теорія стресового відновлення. Р. Улріх і його колеги довели, що взаємодія з природою позитивно впливає на фізіологічні показники стресу: знижується рівень кортизолу, нормалізуються артеріальний тиск і серцевий ритм, активується парасимпатична нервова система [15]. У гарденотерапії цей ефект посилюється залученням до відповідальної та осмисленої діяльності. Для громади це важливо тим, що зменшення індивідуального напруження полегшує виникнення позитивних контактів, підвищує толерантність у взаємодії та сприяє більшій готовності до співпраці.

4. Психоаналітичне осмислення символізму природи. У психоаналітичній традиції природа трактується як архетипічний простір відновлення, порядку й безпеки [40]. Сад або парк можуть виступати символічним простором, у межах якого відбувається не лише індивідуальна внутрішня трансформація, а і переосмислення власного місця в спільноті. Участь у створенні та догляді за спільним зеленим простором дозволяє людині відчувати себе частиною більшого цілого, що є важливим чинником формування колективної ідентичності.

5. Гуманістичний підхід у психології. Представники гуманістичної психології, зокрема К. Роджерс та А. Маслоу, наголошували на значенні безпечного середовища, емпатії, прийняття та творчого самовираження [36]. Гарденотерапія створює простір, у якому учасники можуть не лише виявляти власну індивідуальність, а й взаємодіяти без жорсткої формалізації, через

спільну справу. Це робить її ефективною для формування атмосфери прийняття, взаємної підтримки й соціального включення.

Отже, гарденотерапія є не лише терапевтичним методом відновлення особистості, а й цілісним соціально-психологічним інструментом, який через активну взаємодію з природою здатний стимулювати розвиток довіри, комунікації, взаємодопомоги та відчуття належності до спільноти.

Особливу роль у формуванні згуртованості громади відіграють принципи гарденотерапії, оскільки саме вони задають умови, за яких взаємодія з природою набуває не лише індивідуально відновлювального, а й соціально інтеграційного значення. Йдеться про принципи, що поєднують особистісну безпеку, активну участь, комунікативну включеність та адаптивність до потреб різних категорій учасників (табл. 1.2).

Таблиця 1.2

Ключові принципи гарденотерапії

Принцип	Зміст
Усвідомлена взаємодія з природою	Терапевтичний ефект досягається через цілеспрямовану, емоційно-рефлексивну взаємодію з природним середовищем, яка у груповому форматі сприяє спільному переживанню позитивного досвіду.
Активна участь у садівничій діяльності	Участь у вирощуванні та догляді за рослинами сприяє розвитку відповідальності, мотивації та відчуття особистого внеску у спільну справу.
Безпечне середовище для самовираження	Сад або парк створює простір психологічної безпеки, що сприяє емоційному розкриттю, внутрішній стабілізації та більш відкритій взаємодії з іншими.
Соціальна включеність	Груповий формат взаємодії розвиває навички комунікації, співпраці, взаємопідтримки та сприяє відновленню або формуванню соціальних зв'язків.
Індивідуалізація програми	Зміст і інтенсивність терапії адаптуються до віку, фізичного стану та психологічних потреб учасника, що забезпечує інклюзивність спільної діяльності.

Джерело: сформовано автором на основі [27; 43; 42; 14]

Наведені у табл. 1.2 принципи відображають концептуальні засади гарденотерапії як цілісного, людиноцентричного підходу до психосоціальної підтримки. Водночас у контексті громади вони набувають додаткового значення: забезпечують включення різних категорій населення у спільну діяльність, сприяють зниженню соціальної дистанції між учасниками та створюють умови для виникнення горизонтальних зв'язків. Завдяки поєднанню активності, рефлексії, символічної спільності та комунікації гарденотерапія перетворюється на ефективний спосіб інтеграції людини в природне й соціальне середовище.

Гарденотерапія як міждисциплінарний метод застосовується в різних сферах життя – від медицини до освіти, від індивідуальної психологічної підтримки до розвитку громад. Саме багатовекторність її застосувань дозволяє розглядати її як практику, що має значний потенціал для формування згуртованості. Основні напрямки гарденотерапії, релевантні для цього дослідження, можна окреслити таким чином.

1. Клінічна гарденотерапія. Цей напрям застосовується у структурі закладів охорони здоров'я – психіатричних лікарень, геріатричних центрів, паліативної допомоги та реабілітаційних клінік. Головною метою є підтримка психічного та соматичного здоров'я пацієнтів, зниження рівня тривожності, покращення емоційного стану та стимулювання фізичної активності. Хоча цей напрям зосереджений передусім на індивідуальному відновленні, він також має значення для соціального функціонування, оскільки створює передумови для подальшої інтеграції людини в групу чи громаду.

2. Реабілітаційна гарденотерапія. Спрямована на осіб, які проходять відновлення після травм, хронічних захворювань або психологічних криз. Завдяки поступовому залученню до догляду за рослинами учасники відновлюють відчуття контролю, формують нові звички, отримують мотивацію до дії. Особливо ефективною є реабілітаційна гарденотерапія у роботі з ветеранами, внутрішньо переміщеними особами, людьми після інсульту або

онкологічного лікування. У громадському вимірі цей напрям важливий тим, що полегшує повернення людини до активної взаємодії з соціальним середовищем.

3. Освітня гарденотерапія. Інтегрується в навчальні програми як у закладах загальної середньої освіти, так і в спеціалізованих установах. Через роботу в саду діти та молодь навчаються відповідальності, розвивають емоційний інтелект, покращують навички спілкування та саморегуляції. Для дітей з особливими освітніми потребами гарденотерапія стає інструментом сенсорної інтеграції та підвищення самооцінки. Водночас у шкільних і позашкільних практиках вона виконує важливу соціалізуючу функцію, оскільки формує досвід колективної діяльності та спільної турботи про простір.

4. Соціальна гарденотерапія. Реалізується в межах громадських ініціатив, волонтерських проєктів, програм підтримки вразливих верств населення. Основна мета цього напрямку полягає у формуванні відчуття приналежності до спільноти, зменшенні соціальної ізоляції, розвитку навичок співпраці та зміцненні горизонтальних зв'язків. Саме цей напрям є найбільш релевантним для проблематики згуртованості громади, оскільки в ньому гарденотерапія постає як форма спільної дії, що об'єднує учасників навколо догляду за живим середовищем і спільним простором.

5. Профілактична гарденотерапія. Застосовується серед осіб без встановлених діагнозів у сфері психічного здоров'я як частина практик збереження добробуту. Регулярна садівнича активність допомагає знижувати рівень щоденного стресу, підтримувати баланс між працею та особистим життям, підвищувати рівень задоволення життям. Часто вона реалізується у вигляді міських садів, шкільних теплиць, громадських зелених зон або локальних ініціатив, які мають не лише оздоровчий, а й об'єднавчий потенціал.

Узагальнюючи вищезазначене, можна стверджувати, що гарденотерапія постає як універсальний та адаптивний інструмент психосоціальної підтримки, здатний ефективно інтегруватися в різні сфери людської діяльності. Її багатовекторність забезпечує широку палітру застосувань – від клінічного лікування до розвитку спільнот і профілактики соціальної ізоляції. Кожен

напрям гарденотерапії має свою специфіку, однак усі вони об'єднані спільною ідеєю – використання природи як ресурсу для відновлення, розвитку та інтеграції людини у природне й соціальне середовище.

У контексті формування згуртованості громади місце гарденотерапії визначається її здатністю поєднувати індивідуальне благополуччя зі спільною діяльністю. Через догляд за рослинами, участь в озелененні, упорядкуванні паркового простору, створенні клумб чи тематичних зелених зон мешканці не лише отримують досвід емоційного відновлення, а й формують нові моделі комунікації, кооперації та взаємної підтримки. У таких практиках спільний простір починає сприйматися як «наш», а не як зовнішній і відчужений об'єкт, що є надзвичайно важливим для становлення локальної ідентичності та почуття належності до громади.

Отже, гарденотерапія є не просто методом психоемоційної підтримки, а соціально значущою практикою, здатною виступати дієвим механізмом формування згуртованості громади. Її роль полягає у створенні умов для емоційного зближення, розвитку співпраці, відновлення або зміцнення соціальних зв'язків і посилення включеності мешканців у життя спільноти. Саме тому розгляд гарденотерапії в контексті благоустрою паркового простору є виправданим і перспективним, а подальший аналіз потребує звернення до розбудови природного середовища як способу зміцнення соціальної єдності громади.

1.3. Розбудова природного середовища як спосіб згуртованості громади

У сучасних умовах урбанізації, соціальної нестабільності та зростання психоемоційного навантаження особливої актуальності набуває пошук ефективних механізмів формування згуртованості громади. Одним із таких механізмів виступає розбудова природного середовища, зокрема створення та розвиток міських парків, зелених зон, громадських садів і рекреаційних

територій. У цьому контексті природне середовище постає не лише як елемент благоустрою або екологічного покращення міського простору, а як важливий психосоціальний ресурс, що сприяє формуванню соціальних зв'язків, розвитку довіри та зміцненню почуття належності до спільноти.

Психоемоційний вплив природного середовища є базовою передумовою соціальної взаємодії. У сучасному суспільстві людина часто перебуває під впливом інтенсивного інформаційного потоку, хронічного стресу та емоційного перевантаження, що призводить до зниження рівня довіри, соціальної активності та готовності до взаємодії. Дослідження свідчать, що контакт із природним середовищем сприяє зниженню рівня стресу, тривожності та емоційного напруження, нормалізації психофізіологічних показників і покращенню загального самопочуття [21; 48; 50; 5]. У свою чергу, стабілізація емоційного стану створює передумови для підвищення відкритості до соціальної взаємодії, розвитку емпатії та формування довірливих міжособистісних відносин.

Такий вплив пояснюється низкою теоретичних підходів, серед яких важливе місце займає концепція біофілії, що передбачає природну схильність людини до позитивного сприйняття живого середовища. Взаємодія з природою задовольняє базову потребу людини у безпеці, стабільності та гармонії, що, у свою чергу, сприяє зниженню внутрішньої напруги. Крім того, теорія відновлення уваги та теорія стресового відновлення пояснюють, що природне середовище має здатність відновлювати когнітивні ресурси, знижувати рівень психічної втоми та сприяти емоційній регуляції. У цьому контексті природний простір створює сприятливий фон для соціальної взаємодії, оскільки людина, яка перебуває в емоційно стабільному стані, є більш відкритою до комунікації та співпраці.

Особливого значення набуває активна форма взаємодії з природним середовищем, зокрема участь у процесах його розбудови та підтримки. Садівнича діяльність, що включає висадку рослин, догляд за ними, облаштування територій, є не лише формою індивідуальної активності, а й

важливим соціальним процесом. Дослідження засвідчують, що участь у садівничій діяльності сприяє виникненню позитивних емоцій [28], зниженню рівня стресу, розширенню соціальних контактів і підвищенню задоволеності життям [35], а також позитивно впливає на когнітивне, соціальне та поведінкове функціонування особистості [39; 45].

Участь у спільній діяльності, пов'язаній із розбудовою природного середовища, виступає важливим чинником формування соціальної згуртованості. Колективна праця над створенням або підтримкою зелених зон сприяє налагодженню міжособистісної взаємодії, формуванню навичок співпраці та розвитку почуття відповідальності за спільний результат. У процесі такої діяльності виникає спільна мета, яка об'єднує учасників, незалежно від їхнього соціального статусу, віку чи життєвого досвіду. Це сприяє подоланню соціальних бар'єрів, зменшенню дистанції між членами громади та формуванню горизонтальних соціальних зв'язків.

Важливим аспектом є також формування почуття приналежності до простору. Коли мешканці безпосередньо долучаються до процесу створення або облаштування парку чи зеленої зони, вони починають сприймати цей простір як частину власного життєвого середовища. Такий досвід сприяє формуванню емоційного зв'язку з місцем, який у науковій літературі часто описується як «place attachment». Це почуття підсилює відповідальність за збереження простору, стимулює подальшу участь у громадських ініціативах і сприяє розвитку локальної ідентичності.

Крім того, природне середовище виконує функцію соціального каталізатора, створюючи умови для неформальної комунікації. Парки, сади та зелені зони виступають місцями зустрічей, відпочинку, спільної діяльності, що сприяє виникненню нових соціальних контактів і підтримці вже існуючих. Мультисенсорний характер природного середовища – поєднання візуальних, звукових, тактильних і ольфакторних стимулів – сприяє підвищенню рівня комфорту, зниженню напруження та створенню сприятливої атмосфери для

спілкування [7]. У такому середовищі люди частіше вступають у взаємодію, обмінюються досвідом і формують соціальні зв'язки.

Емпіричні дослідження підтверджують, що навіть короткотривалі природоорієнтовані інтервенції, зокрема садівничі практики, здатні покращувати психоемоційний стан людини, знижувати прояви тривожності та депресії, а також підвищувати рівень життєвого задоволення [46; 49; 11; 31; 32]. Це має особливе значення для громад, які функціонують в умовах соціальних криз, зокрема вимушеного переміщення, економічної нестабільності чи військових дій. У таких умовах природне середовище може виступати простором відновлення, що сприяє не лише індивідуальному, а й колективному психологічному благополуччю.

Додатково слід зазначити, що спільна діяльність у природному середовищі має потенціал формування соціального капіталу. У процесі взаємодії між учасниками формуються довіра, взаємна підтримка, норми співпраці та взаємодопомоги [22]. Соціальний капітал, у свою чергу, виступає важливим ресурсом розвитку громади, оскільки забезпечує ефективність колективних дій і сприяє стійкості соціальних систем до зовнішніх викликів.

Не менш важливим є і символічний вимір розбудови природного середовища. Процес вирощування рослин, догляду за ними та спостереження за їхнім розвитком має метафоричний характер і може асоціюватися з процесами відновлення, зростання та розвитку самої громади. У цьому сенсі природний простір стає не лише фізичним, а й символічним середовищем, у якому відбувається трансформація соціальних відносин і формування нових моделей взаємодії.

Таким чином, розбудова природного середовища є багатовимірним процесом, який поєднує психоемоційні, соціальні та просторові аспекти формування згуртованості громади. Природний простір створює умови для зниження рівня стресу, відновлення психологічних ресурсів і підвищення відкритості до соціальної взаємодії. Водночас спільна участь у його створенні та підтримці сприяє формуванню довіри, розвитку навичок співпраці,

зміцненню почуття приналежності та відповідальності за спільне середовище. У результаті природне середовище трансформується з елемента благоустрою в активний інструмент соціальної інтеграції, що забезпечує зміцнення внутрішньої єдності громади та підвищення якості її функціонування.

РОЗДІЛ 2

ПСИХОЛОГО-СОЦІАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ФОРМУВАННЯ ЗГУРТОВАНOSTІ ГРОМАДИ В УМОВАХ ПАРКОВОГО ПРОСТОРУ

2.1. Обґрунтування методів психолого-соціального дослідження

Емпіричне дослідження було спрямоване на комплексну оцінку соціальної згуртованості, міжособистісних зв'язків та суб'єктивного благополуччя членів громади. Експериментальну базу становило комунальне підприємство Слов'янської міської ради «Благоустрій», діяльність якого спрямована на утримання та розвиток міського паркового простору. Загальна кількість респондентів, які взяли участь у дослідженні, становила 30 осіб.

Для досягнення дослідницьких цілей було використано три взаємодоповнюючі психодіагностичні методики, що дозволили здійснити оцінку як інституційного, так і міжособистісного рівнів згуртованості громади, а також визначити індивідуальні показники психологічного стану мешканців.

1. Індекс соціальної згуртованості SCORE (Додаток А) – стандартизований опитувальник, спрямований на кількісну оцінку рівня соціальної згуртованості в межах спільноти. Методика була розроблена міжнародними експертами в межах ініціативи SCORE (Social Cohesion and Reconciliation Index) як інструмент для моніторингу громадянської інтеграції, міжособистісної довіри, залученості та почуття безпеки.

Інструмент складається з 16 тверджень, що згруповані у п'ять тематичних блоків:

- довіра – відображає рівень довіри до різних соціальних акторів: мешканців громади, місцевої влади, громадських організацій і Збройних Сил України;
- соціальні зв'язки та взаємодія – характеризує ступінь підтримки, співпраці та готовності до взаємодопомоги в межах громади;

- громадянська участь – оцінює активність у місцевих ініціативах, участь у прийнятті рішень та суб'єктивне відчуття впливу;
- колективна ідентичність і толерантність – відображає почуття приналежності до громади, відкритість до різноманіття поглядів, релігій і культур;
- відчуття безпеки – охоплює як об'єктивну, так і суб'єктивну оцінку безпечності життєвого середовища вдень і вночі, а також сприйняття стійкості громади до кризових ситуацій.

Оцінювання здійснюється за 5-бальною шкалою Лікерта – від 1 («повністю не згоден») до 5 («повністю згоден»).

За результатами опитування обчислюються п'ять субіндексів (по кожному з тематичних блоків) та інтегральний індекс соціальної згуртованості (SCORE), який розраховується як середнє значення всіх п'яти субіндексів.

Рівні інтерпретації індексу SCORE поділяються на п'ять градацій:

- 1,80 і нижче – дуже низький рівень;
- 1,81 – 2,60 – низький рівень;
- 2,61 – 3,40 – середній рівень;
- 3,41 – 4,20 – високий рівень;
- 4,21 – 5,00 – дуже високий рівень згуртованості.

Методика є ефективним діагностичним інструментом для виявлення потенційних дефіцитів у соціальній єдності громади та може використовуватись для оцінювання динаміки змін у результаті соціальних втручань або програм згуртування.

2. Методика «Соціометричне дослідження групи» Дж. Морено (Додаток Б) – це класичний соціально-психологічний інструмент, призначений для вивчення структури міжособистісних відносин у малій соціальній групі. Розроблена Дж. Морено у межах соціометричного підходу, ця методика дозволяє виявити рівень соціальної згуртованості, внутрішню організацію

взаємозв'язків, неформальні лідерські позиції та ступінь інтегрованості кожного учасника [9].

Оснoву процедури становить опитування, в якому респонденти відповідають на низку соціометричних запитань, пов'язаних із міжособистісними уподобаннями, готовністю до взаємодії, довірою та емоційною близькістю. У процесі опрацювання результатів створюється соціоматриця – таблиця, яка фіксує спрямованість виборів між усіма учасниками групи.

За результатами опитування визначаються такі показники:

- кількість позитивних виборів, отриманих кожним учасником – свідчить про рівень прийнятності та популярності індивіда в групі;
- кількість здійснених виборів – характеризує рівень соціальної активності;
- індекс соціометричного статусу (ІСС) – розраховується як відношення кількості отриманих виборів до максимально можливої кількості ($n - 1$), де n – кількість членів групи;
- коефіцієнт згуртованості (КЗГ) – визначається як співвідношення кількості взаємних виборів до максимально можливої кількості взаємних пар у групі ($n(n - 1)/2$).

Крім числового аналізу, результати можуть бути представлені у вигляді соціограми – графічного зображення міжособистісних зв'язків у формі діаграми, що ілюструє центри тяжіння, периферійних учасників, ізольованих осіб та підгрупи.

Методика дає змогу виявити:

- неформальних лідерів (учасників із трьома і більше позитивними виборами);
- соціально ізольованих осіб (учасників без жодного вибору);
- ступінь взаємності виборів, що свідчить про рівень соціальної інтеграції в групі.

Завдяки простоті застосування та високій інформативності, соціометричне дослідження Дж. Морено є ефективним інструментом для діагностики соціально-психологічного клімату, аналізу міжособистісної взаємодії та планування інтервенцій у груповій динаміці.

3. Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя (Додаток В) розроблена на основі інструменту The BBC Subjective Well-being Scale (BBC-SWB) (автори: P. Pontin, M. Schwannauer, S. Tai, M. Kinderman), охоплює три основні компоненти:

- психологічне благополуччя – відображає суб'єктивну здатність індивіда контролювати власне життя, зберігати оптимістичне ставлення до майбутнього, бути впевненим у власних переконаннях, прагнути до особистісного розвитку й самореалізації;
- фізичне здоров'я та добробут – характеризується рівнем задоволеності станом фізичного здоров'я, якістю сну, функціональними можливостями в повсякденній діяльності, рівнем енергії, а також відсутністю ознак депресії та тривожності;
- міжособистісні стосунки – включає емоційний комфорт у спілкуванні, наявність позитивних соціальних зв'язків (дружніх, особистих), здатність звертатися по допомогу, задоволеність інтимним життям тощо [4].

На відміну від оригінальної версії методики, що передбачала використання 4-бальної шкали оцінювання, адаптована модифікація містить 24 твердження та ґрунтується на 5-бальній шкалі, що забезпечує більшу варіативність відповідей та підвищує чутливість інструменту до індивідуальних відмінностей у рівні суб'єктивного благополуччя.

Таким чином, обраний комплекс методів дозволяє дослідити феномен згуртованості громади як багатовимірну конструкцію, що включає інституційні, міжособистісні та інтраперсональні компоненти. Такий підхід забезпечує комплексність діагностики та створює основу для розробки психосоціальних програм розвитку згуртованості в подальших етапах дослідження.

2.2. Результати дослідження рівня згуртованості громади та соціальної взаємодії

Для емпіричної оцінки рівня згуртованості громади було використано індекс соціальної згуртованості SCORE, який дає змогу кількісно виміряти основні компоненти соціальної єдності, зокрема довіру, соціальну підтримку, громадянську участь, ідентичність і безпеку. Розрахунки здійснювалися на основі сирих балів респондентів, отриманих за результатами опитування (Додаток Г).

Підсумкові значення згруповано за рівнями кожного з п'яти субіндексів згуртованості. У табл. 2.1 подано розподіл респондентів за відповідними індикаторами, з відображенням кількісного та відсоткового співвідношення.

Таблиця 2.1

Розподіл респондентів за рівнями субіндексів соціальної згуртованості (SCORE), n=30

Індекс	Рівень	Кількість респондентів	
		n	%
Індекс довіри	Дуже низький	1	3,3
	Низький	7	23,3
	Середній	20	66,7
	Високий	2	6,7
Індекс соціальної підтримки	Дуже низький	1	3,3
	Низький	4	13,3
	Середній	17	56,7
	Високий	8	26,7
Індекс громадянської участі	Дуже низький	2	6,7
	Низький	4	13,3
	Середній	21	70
	Високий	3	10
Індекс ідентичності та толерантності	Дуже низький	2	6,7
	Низький	5	16,7

Продовження табл. 2.1

	Середній	16	53,3
	Високий	5	16,6
	Дуже високий	2	6,7
Індекс безпеки	Дуже низький	1	3,3
	Низький	6	20
	Середній	18	60
	Високий	5	16,7

Аналіз розподілу респондентів за рівнями п'яти субіндексів індексу соціальної згуртованості SCORE (табл. 2.1) засвідчив варіативність оцінок у межах усіх структурних компонентів згуртованості.

За індексом довіри більшість опитаних ($n = 20$; 66,7 %) продемонстрували середній рівень, ще 7 осіб (23,3 %) – низький, а 2 респонденти (6,7 %) – високий рівень довіри. Лише одна особа (3,3 %) виявила дуже низький рівень цього показника.

У межах індексу соціальної підтримки домінував середній рівень ($n = 17$; 56,7 %), тоді як 8 респондентів (26,7 %) мали високий, 4 особи (13,3 %) – низький, і лише один учасник (3,3 %) – дуже низький рівень соціальної підтримки.

Щодо індексу громадянської участі, найбільша частка респондентів ($n = 21$; 70 %) продемонстрували середній рівень, 4 особи (13,3 %) – низький, 3 респонденти (10 %) – високий, і ще 2 (6,7 %) – дуже низький рівень залученості до громадських процесів.

За індексом колективної ідентичності та толерантності переважав середній рівень ($n = 16$; 53,3 %). Водночас по 5 респондентів (16,7 % та 16,6 % відповідно) продемонстрували низький та високий рівень, а 2 особи (6,7 %) – дуже високий. Ще 2 учасники (6,7 %) засвідчили дуже низький рівень ідентичності та відкритості.

За індексом безпеки більшість респондентів ($n = 18$; 60 %) відзначили середній рівень відчуття безпеки. 6 осіб (20 %) виявили низький рівень, 5 (16,7 %) – високий, а лише один учасник (3,3 %) – дуже низький рівень безпеки.

Загалом результати свідчать про переважання середнього рівня згуртованості в усіх субіндексах, із помірною представленістю як високих, так і низьких значень. Це може вказувати на наявність стабільного, але не консолідованого соціального середовища, що потребує цілеспрямованої підтримки процесів зміцнення соціальної єдності громади.

З метою комплексної оцінки рівня згуртованості громади було обчислено інтегральний індекс соціальної згуртованості SCORE, що є усередненим значенням п'яти субіндексів: довіри, соціальної підтримки, громадянської участі, колективної ідентичності та толерантності, а також відчуття безпеки. Отримані результати дозволяють узагальнити дані та виявити загальну тенденцію щодо соціальної єдності в межах досліджуваної громади.

У табл. 2.2 представлено розподіл респондентів за рівнями загального індексу SCORE із зазначенням кількості осіб та їх відсоткового співвідношення.

Таблиця 2.2

Розподіл респондентів за рівнями загального індексу соціальної згуртованості (SCORE) за методикою «Індекс соціальної згуртованості SCORE», $n=30$

Рівень	Кількість респондентів	
	n	%
низький	4	13,3
середній	23	76,7
високий	3	10

Аналіз узагальнених результатів за загальним індексом соціальної згуртованості SCORE (табл. 2.2) дозволив встановити, що переважна більшість респондентів ($n = 23$; 76,7 %) продемонстрували середній рівень згуртованості.

Це свідчить про наявність базового рівня соціального єднання, який, однак, не досягає високих показників стабільної інтегрованості.

Ще 4 респонденти (13,3 %) показали низький рівень загальної згуртованості, що може свідчити про обмежену включеність у соціальні процеси, недостатню довіру або слабо виражене відчуття спільності.

Лише 3 учасники (10 %) досягли високого рівня згуртованості, що вказує на незначну частку осіб із високим рівнем інтеграції, ідентифікації з громадою та соціальної активності.

Таким чином, за результатами інтегральної оцінки індексу SCORE, досліджувана спільнота характеризується домінуванням помірної згуртованості, що є підґрунтям для потенційного зростання, але одночасно вимагає соціальних і психосоціальних втручань для підвищення якості взаємодії та посилення внутрішньої єдності громади.

Для поглибленого аналізу міжособистісної взаємодії в межах соціальної групи було використано методику «Соціометричне дослідження групи» Дж. Морено, яка дозволяє виявити статусні позиції учасників у системі неформальних стосунків. Одним із ключових кількісних показників цієї методики є індекс соціометричного статусу (ІСС), що визначає рівень прийнятності кожного учасника в групі на основі кількості отриманих позитивних виборів.

Розрахунки здійснювалися на основі сирих даних, отриманих у процесі соціометричного опитування (Додаток Г), та узагальнені у табл. 2.3.

Таблиця 2.3

Розподіл респондентів за рівнями індексу соціометричного статусу (ІСС) за методикою «Соціометричне дослідження групи» Дж. Морено, n=30

Рівень ІСС	Кількість респондентів	
	п	%
Низький ІСС (0.01–0.20)	23	76,7
Середній ІСС (0.21–0.40)	7	23,3
Ізольованих (ІСС = 0)	0	-

Вище середнього / високий	0	-
---------------------------	---	---

Аналіз отриманих даних за індексом соціометричного статусу (ІСС), обчисленим відповідно до методики Дж. Морено, відображає рівень прийнятності кожного респондента в системі міжособистісних стосунків групи на основі кількості позитивних виборів, отриманих від інших учасників.

Переважає більшість респондентів ($n = 23$; 76,7 %) продемонстрували низький рівень соціометричного статусу (ІСС у межах 0,01–0,20). Це свідчить про обмежену включеність більшості учасників у неформальні взаємодії, а також про фрагментованість соціальних зв'язків у групі.

Ще 7 осіб (23,3 %) мали середній ІСС (0,21–0,40), що вказує на помірний рівень прийнятності в межах соціальної структури. Водночас жоден з респондентів не потрапив до категорії ізольованих осіб (ІСС = 0) або до групи з високим ІСС, що свідчить про відсутність як глибокої соціальної ізоляції, так і вираженої лідерської структури в досліджуваній спільноті.

Загалом результати свідчать про низький рівень соціальної інтегрованості, що може вказувати на обмежену кількість емоційно значущих контактів, відсутність сталих неформальних зв'язків і потребу в активізації процесів міжособистісної взаємодії у громаді.

Крім індексу соціометричного статусу, важливим інтегральним показником міжособистісної взаємодії у групі є коефіцієнт згуртованості (КЗГ), який відображає частку взаємних позитивних виборів серед максимально можливої кількості парних зв'язків. Даний коефіцієнт дозволяє оцінити загальний рівень емоційної єдності та щільності соціальних контактів у спільноті.

Узагальнене значення коефіцієнта згуртованості подано в табл. 2.4.

Таблиця 2.4

Коефіцієнт згуртованості (КЗГ) за методикою «Соціометричне дослідження групи» Дж. Морено, $n=30$

Показник	Значення
----------	----------

Кількість респондентів	30
Кількість взаємних позитивних виборів	49

Продовження табл. 2.4

Максимально можлива кількість взаємних зв'язків ($n(n-1)/2$)	435
Коефіцієнт згуртованості (КЗГ)	0,11

За результатами дослідження, із 30 респондентів було зафіксовано 49 взаємних позитивних виборів, що при максимально можливій кількості парних зв'язків 435 (розраховано за формулою $n(n-1)/2$) дало значення $КЗГ = 0,11$.

Такий показник свідчить про низький рівень згуртованості групи. Це означає, що значна частина соціальних виборів залишалася односторонніми, а міцні взаємні зв'язки між учасниками мають обмежене поширення. Низький КЗГ може бути індикатором фрагментованості групи, недостатньої взаємної довіри або слабо розвиненої комунікативної взаємодії.

З огляду на це, отримані дані підтверджують доцільність впровадження програм, спрямованих на посилення соціальних зв'язків та розвиток партнерської взаємодії між членами спільноти.

Для оцінки емоційного, психічного та соціального самопочуття респондентів було використано методику «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя», яка дозволяє дослідити три ключові аспекти життєвого функціонування: психологічне благополуччя, фізичне здоров'я та міжособистісні стосунки. Кожен із цих компонентів відображає суб'єктивну оцінку респондентами власного стану у відповідній сфері.

Розрахунки здійснювалися на основі сирих відповідей опитаних осіб (Додаток Д), із подальшим визначенням рівнів кожної субшкали та загального показника суб'єктивного благополуччя відповідно до нормативних меж.

У табл. 2.5 наведено зведені результати розподілу респондентів за рівнями за всіма чотирма показниками: трьома субшкалами та інтегральним індексом суб'єктивного благополуччя.

Таблиця 2.5

**Результати дослідження за методикою «Модифікована шкала
суб'єктивного благополуччя», n=30**

Шкали	Рівень	Кількість респондентів	
		n	%
Психологічне благополуччя	Низький	21	70
	Середній	9	30
	Високий	-	-
Фізичне здоров'я та благополуччя	Низький	12	40
	Середній	17	56,7
	Високий	1	3,3
Стосунки	Низький	18	60
	Середній	12	40
	Високий	-	-
Загальний показник СБ	Низький	19	63,3
	Середній	11	36,7
	Високий	-	-

За шкалою психологічного благополуччя більшість учасників дослідження (n = 21; 70 %) продемонстрували низький рівень, ще 9 респондентів (30 %) – середній рівень, і жоден не досяг високого показника. Це свідчить про значну поширеність психологічного неблагополуччя серед опитаних осіб.

У контексті фізичного здоров'я та благополуччя найчисельнішою виявилася група зі середнім рівнем (n = 17; 56,7 %), 12 осіб (40 %) мали низький рівень, і лише 1 респондент (3,3 %) продемонстрував високий показник у цій сфері.

Щодо субшкали «стосунки», низький рівень міжособистісного благополуччя зафіксовано у 60 % респондентів (n = 18), а 12 осіб (40 %) виявили середній рівень. Високих показників у цій категорії не зафіксовано, що

може свідчити про труднощі у сфері соціальної взаємодії та емоційної підтримки.

Інтегральний загальний показник суб'єктивного благополуччя підтвердив загальну тенденцію: 63,3 % респондентів ($n = 19$) перебувають на низькому рівні, ще 11 осіб (36,7 %) мають середній рівень, тоді як високого рівня не виявлено жодного разу.

Таким чином, результати свідчать про переважання стану зниженого суб'єктивного благополуччя серед учасників дослідження, що проявляється як у психологічному самопочутті, так і в міжособистісних стосунках та загальному рівні життєвого задоволення. Ці дані можуть вказувати на наявність емоційного напруження, низької ресурсності та обмеженого доступу до соціальної підтримки.

Отже, отримані результати свідчать про домінування середнього рівня соціальної згуртованості серед учасників дослідження, що простежується як у субіндексах методики SCORE, так і в інтегральному індексі згуртованості. Попри наявність окремих високих показників за окремими шкалами (зокрема соціальної підтримки та відчуття безпеки), в загальному спостерігається фрагментованість соціальних зв'язків, обмежена довіра та невисокий рівень громадянської участі.

Додатковий аналіз за методикою Дж. Морено виявив низький соціометричний статус більшості респондентів та низький коефіцієнт згуртованості групи ($KЗГ = 0,11$), що вказує на брак взаємних виборів та обмежену емоційну інтеграцію в межах спільноти. При цьому повна відсутність ізольованих осіб свідчить про потенціал для розвитку зв'язків, хоча наявність виражених лідерів також не зафіксовано.

Результати методики суб'єктивного благополуччя продемонстрували переважання низького рівня психологічного стану, міжособистісного комфорту та загального життєвого задоволення. Високих показників практично не виявлено, що може бути наслідком низького рівня згуртованості, емоційної підтримки та соціальної залученості.

Таким чином, емпіричне дослідження підтвердило наявність соціально-психологічних чинників, що обмежують згуртованість громади, зокрема недостатній рівень довіри, слабку інтеграцію в соціальні зв'язки та невисоку залученість до спільних дій. Отримані дані засвідчують потребу в системному впровадженні психосоціальних і середовищних інтервенцій, зокрема через розвиток спільного простору, який би сприяв активізації взаємодії, формуванню соціального капіталу та покращенню добробуту членів громади.

2.3. Емоційне сприйняття паркового простору та його роль у формуванні соціальної єдності

Парковий простір відіграє важливу роль не лише в екологічному та естетичному вимірах міського середовища, а й у формуванні соціальних зв'язків та зміцненні громадянської згуртованості. Емоційне сприйняття парку мешканцями мікрорайону відображає їхнє ставлення до публічного простору як до місця безпеки, відпочинку, неформальної комунікації та спільного досвіду. Відчуття комфорту, відкритості, спокою, можливість взаємодії з іншими людьми та позитивна емоційна атмосфера сприяють підвищенню рівня довіри між мешканцями, створюючи передумови для соціальної єдності.

У цьому підрозділі представлено результати опитування респондентів, спрямованого на вивчення того, як мешканці мікрорайону емоційно сприймають місцевий парк, яку роль він відіграє в їхньому повсякденному житті та як впливає на розвиток міжособистісних контактів і почуття спільності. Анкету, розроблену для цього дослідження, подано в Додатку Е. Отримані дані дозволяють оцінити значення паркового простору як чинника, що сприяє інтеграції та соціальній згуртованості громади.

Для аналізу емоційного сприйняття паркового простору та його соціального значення було опитано 30 мешканців мікрорайону різного віку. Вікова структура респондентів представлена у табл. 2.6. Такий розподіл

дозволяє охопити різні вікові групи та виявити особливості сприйняття паркового простору залежно від етапу життєвого циклу.

Таблиця 2.6

Розподіл респондентів за віком, n=30

Вік респондентів	Кількість респондентів	
	n	%
18-25 років	4	13,3
26-35 років	8	26,7
36-45 років	10	33,3
46-60 років	6	20
60+ років	2	6,7

Як видно з табл. 2.6, найбільшу частку опитаних становлять респонденти віком 36–45 років – 10 осіб, що складає 33,3% від загальної кількості. Другу за чисельністю групу становлять особи віком 26–35 років – 8 респондентів (26,7%). У віковій категорії 46–60 років було опитано 6 осіб, що відповідає 20% вибірки. Водночас вікова група 18–25 років налічує 4 респондентів (13,3%), а найменше представлена категорія 60+ років – лише 2 особи, або 6,7%.

Такий розподіл демонструє домінування у вибірці респондентів середнього віку, що може бути обумовлено більшою активністю цієї категорії у громадському житті та більш частим використанням паркового простору для сімейного або соціального дозвілля.

Для повноти аналізу було враховано гендерний розподіл респондентів, що дає змогу оцінити залученість представників різної статі до використання паркового простору та соціальної взаємодії в ньому. На рис. 2.1 подано співвідношення чоловіків і жінок серед опитаних учасників дослідження.

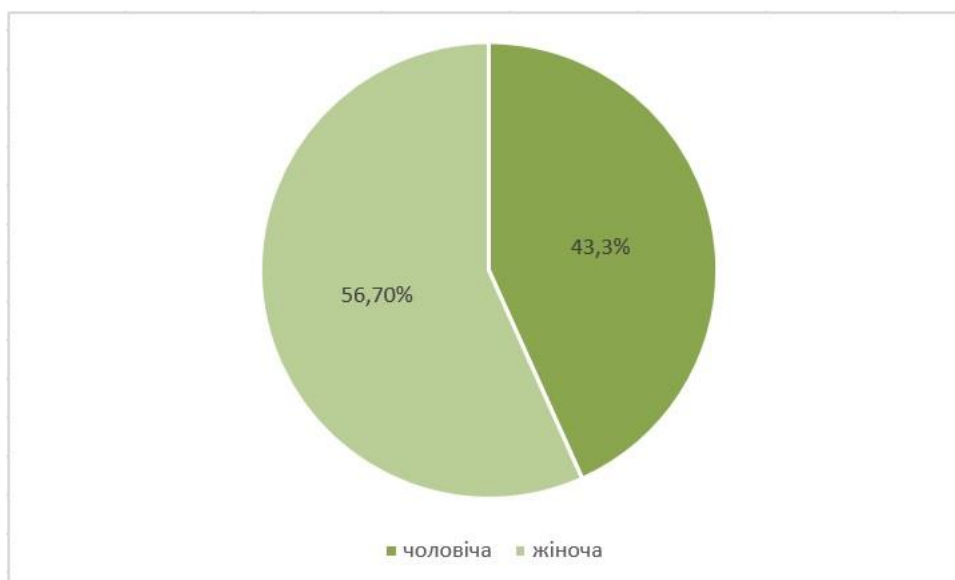


Рис. 2.1. Співвідношення чоловіків і жінок серед опитаних учасників дослідження, $n = 30$

Як видно з діаграми, 56,7% опитаних становлять жінки (17 осіб), а 43,3% – чоловіки (13 осіб). Такий розподіл є типовим для соціологічних опитувань у міських мікроспільнотах, оскільки жінки частіше беруть участь у дослідженнях, пов'язаних із благоустроєм, емоційним сприйняттям середовища та соціальною активністю. Це варто враховувати під час інтерпретації подальших результатів.

Одним із важливих параметрів для аналізу емоційного сприйняття паркового простору є тривалість проживання респондентів у конкретному мікрорайоні. Адже саме досвід постійного перебування в середовищі формує глибину емоційного зв'язку з простором, а також рівень залученості до соціального життя громади. На рис. 2.2 представлено розподіл учасників опитування за критерієм тривалості проживання в мікрорайоні.

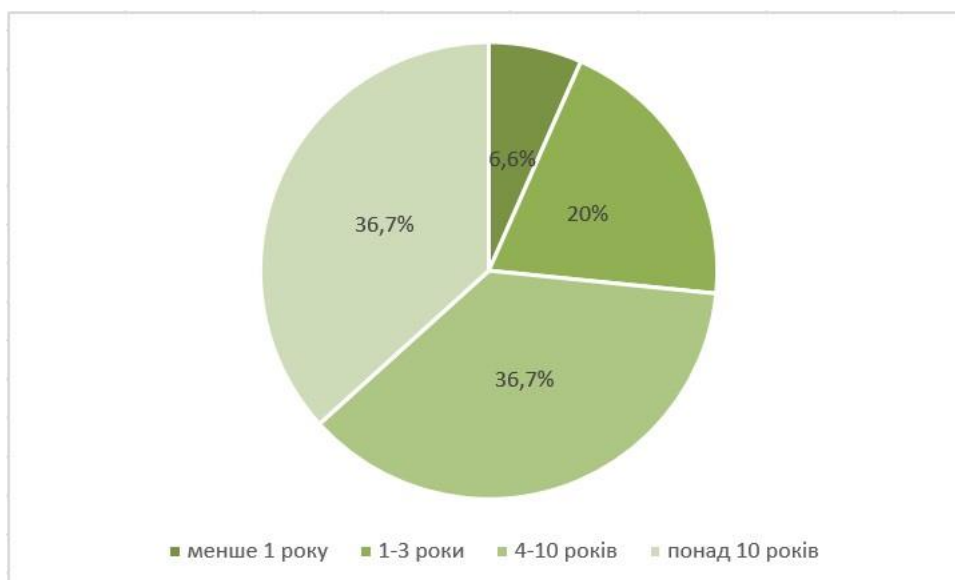


Рис. 2.2. Розподіл респондентів за тривалістю проживання в мікрорайоні, $n = 30$

Як видно з діаграми, найбільшу частку становлять респонденти, які проживають у мікрорайоні 4–10 років та понад 10 років – по 36,7% кожна група (11 осіб). Ці дані свідчать про сформоване ядро мешканців, яке має сталий контакт із середовищем. Респонденти зі стажем проживання 1–3 роки становлять 20% (6 осіб), що може вказувати на етап адаптації до простору. Найменше – лише 6,6% (2 особи) – складають ті, хто проживає в мікрорайоні менше одного року, і, ймовірно, ще не мають сформованого емоційного зв'язку з парком. Такий розподіл дозволяє враховувати різний рівень обізнаності та залученості мешканців до місцевого публічного простору при аналізі соціальної єдності.

З метою з'ясування рівня залученості мешканців до використання паркового простору було поставлено запитання про частоту його відвідування. Частота перебування в парку може свідчити як про емоційну прив'язаність до простору, так і про його функціональну цінність для респондентів у повсякденному житті. У табл. 2.7 наведено дані щодо регулярності відвідування парку мешканцями мікрорайону.

Таблиця 2.7

Частота відвідування парку респондентами, n = 30

Частота відвідування парку	Кількість респондентів	
	n	%
Щодня	6	20
2-3 рази на тиждень	10	33,3
Раз на тиждень	7	23,3
Рідше	5	16,7
Взагалі не відвідую	2	6,7

Аналіз показав, що найбільша частка респондентів (33,3%) відвідує парк 2–3 рази на тиждень (10 осіб), що свідчить про сталу присутність парку в рутинному дозвіллі. Щодня відвідують парк 6 осіб (20%), а ще 7 осіб (23,3%) роблять це раз на тиждень. Дещо рідше – 5 осіб (16,7%) – використовують парк епізодично. Натомість лише 2 респонденти (6,7%) зазначили, що взагалі не відвідують парк, що може бути пов'язано з віком, станом здоров'я або низькою мотивацією до публічної активності.

Загалом отримані дані свідчать про те, що парк є важливою частиною повсякденного життя більшості мешканців, відіграючи роль як місця для відпочинку, так і для соціальної взаємодії.

Щоб краще зрозуміти функціональне призначення парку в очах мешканців мікрорайону, респондентам було запропоновано вказати основні цілі свого перебування в парковому просторі. Оскільки кожна особа може використовувати парк з різних причин, передбачено можливість вибору кількох варіантів. Отримані відповіді дозволяють проаналізувати, які види активностей є найбільш поширеними, а також яким чином парк виконує як соціальні, так і особистісні функції (табл. 2.8).

Таблиця 2.8

Основна мета перебування в парку (множинний вибір), n = 30

Основна мета перебування в парку (множинний вибір):	Кількість респондентів	
	n	%
Прогулянка	22	73,3
Спілкування з друзями / знайомими	10	33,3
Вигулювання тварин	8	26,7
Фізична активність (спорт, ігри)	12	40
Самота / емоційне відновлення	14	46,7
Інше (читання, малювання)	3	10

Найбільш поширеною причиною відвідування парку є прогулянки – їх обрали 22 респонденти, що становить 73,3%. Значна частка опитаних (46,7%, або 14 осіб) використовує парк для самоти та емоційного відновлення, що підкреслює важливу психоемоційну функцію простору. Фізична активність (спорт, ігри) є метою перебування для 12 респондентів (40%), а спілкування з друзями чи знайомими – для 10 осіб (33,3%).

Вигулювання тварин обрали 8 респондентів (26,7%), що вказує на практичне використання простору у повсякденному житті. Окремо 3 респонденти (10%) зазначили інші види активності, серед яких були названі читання, малювання та фотографія.

Таким чином, парк виконує багатофункціональну роль – він є простором для руху, спілкування, усамітнення й творчості, що сприяє його емоційному сприйняттю як привабливого й комфортного середовища.

Важливим чинником емоційного сприйняття публічного простору є рівень комфорту, який відчувають мешканці під час перебування в ньому. Саме суб'єктивне почуття затишку, безпеки та зручності є основою для формування позитивного емоційного фону, що, своєю чергою, впливає на частоту

відвідування парку, тривалість перебування та готовність до соціальної взаємодії. На рис. 2.3 подано результати оцінки рівня комфорту в парку респондентами дослідження.

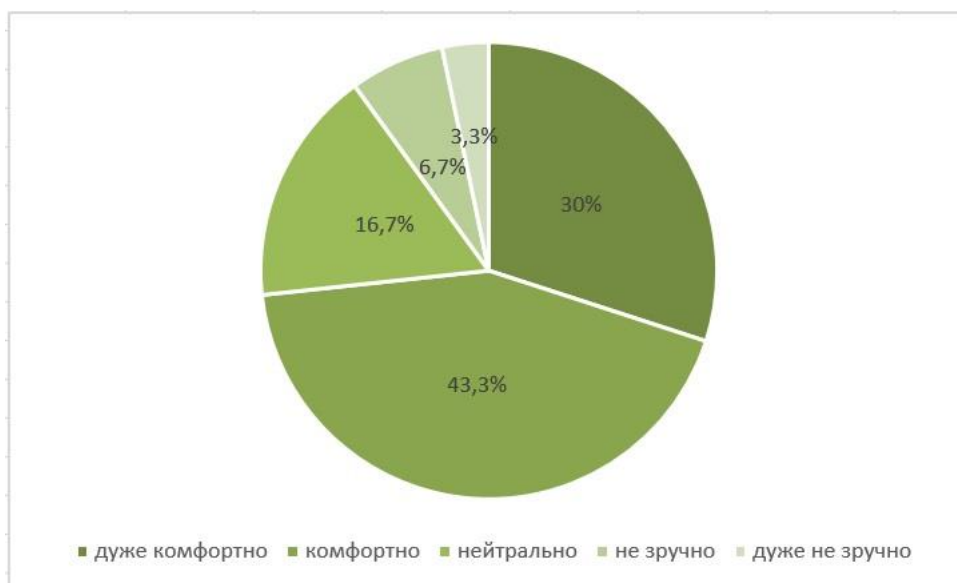


Рис. 2.3. Рівень комфорту в парку, n = 30

Найбільша частка респондентів – 43,3% (13 осіб) – зазначила, що їм комфортно перебувати в парку. Ще 30% (9 осіб) оцінили свої відчуття як дуже комфортні, що разом становить майже три чверті усіх опитаних. Нейтральну позицію зайняли 16,7% респондентів (5 осіб), які не мають яскраво виражених вражень.

Водночас 6,7% респондентів (2 особи) вказали, що їм незручно, а 3,3% (1 особа) – що дуже незручно. Хоча таких відповідей небагато, вони можуть вказувати на наявність бар'єрів фізичного чи психологічного характеру, які впливають на сприйняття простору певною частиною мешканців.

Отже, переважна більшість учасників дослідження сприймає парк як комфортне середовище для перебування, що створює сприятливі умови для формування позитивного емоційного досвіду та соціальної відкритості.

Для вивчення емоційного аспекту перебування в парковому просторі респондентам було запропоновано обрати твердження, які найкраще відображають їхні власні почуття та враження, пов'язані з парком. Такий підхід

дає змогу виявити, як саме мешканці сприймають простір на рівні емоційної залученості, відчуття безпеки, соціальної відкритості й психологічного відновлення. Результати подано в табл. 2.9.

Таблиця 2.9

Власні відчуття та враження під час перебування в парку (множинний вибір), n = 30

Власні відчуття та враження під час перебування в парку (множинний вибір):	Кількість респондентів	
	n	%
Парк допомагає мені зняти стрес і відновити сили	14	46,7
Я відчуваю у парку в безпеці	16	53,3
У парку легко зав'язати нові знайомства	7	23,3
Я вважаю парк місцем, яке об'єднує мешканців	11	36,7
Мені приємно бачити інших людей у парку	16	53,3
Я відчуваю емоційно відкритішим у парку, ніж у інших публічних місцях	9	30

Найчастіше респонденти обирали твердження «Я відчуваю у парку в безпеці» та «Мені приємно бачити інших людей у парку» – по 16 осіб (53,3%). Це свідчить про позитивне сприйняття соціального середовища та комфортну атмосферу. На другому місці за частотою згадувань – твердження «Парк допомагає мені зняти стрес і відновити сили» (14 осіб, 46,7%), що підкреслює роль парку як простору психологічного відновлення.

«Я вважаю парк місцем, яке об'єднує мешканців» обрали 11 респондентів (36,7%), що свідчить про наявність у парку потенціалу до зміцнення соціальної єдності. Водночас лише 9 осіб (30%) зазначили, що відчуваються емоційно

відкритішими у парку, а «У парку легко зав'язати нові знайомства» – лише 7 респондентів (23,3%).

Загалом дані показують, що парк переважно сприймається як безпечний, доброзичливий і емоційно підтримувальний простір, який сприяє психологічному благополуччю мешканців. Проте потенціал парку як соціального майданчика для нових знайомств і активної взаємодії ще не повністю реалізований.

Одним із важливих показників соціальної активності в публічному просторі є відкритість до нових знайомств. Вона свідчить про ступінь комунікативної доступності середовища та про готовність мешканців до міжособистісної взаємодії. У межах дослідження респондентам було запропоновано відповісти на запитання, чи знайомляться вони з новими людьми під час перебування в парку. Результати подано на рис. 2.4.

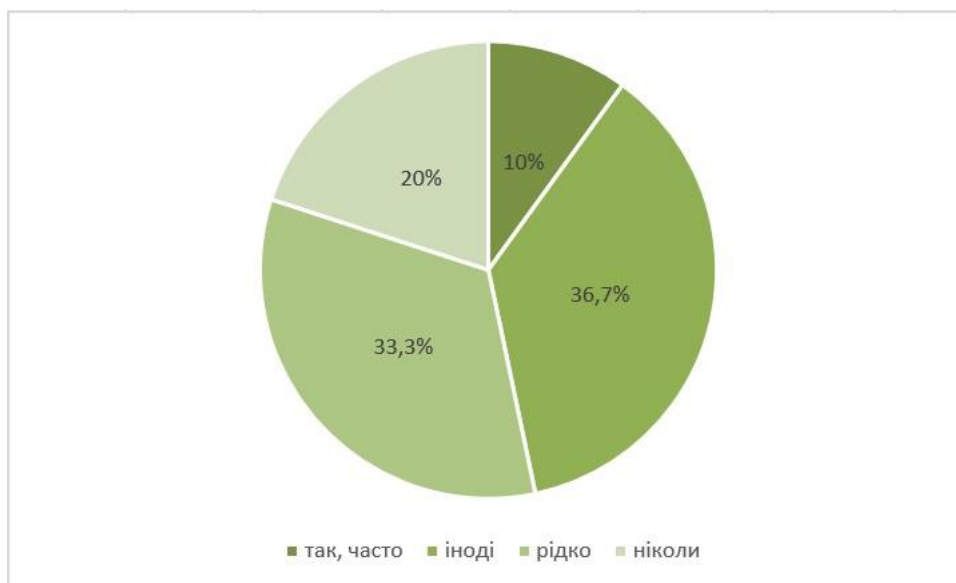


Рис. 2.4. Частота нових знайомств у парку, n = 30

Найбільша частка респондентів – 36,7% (11 осіб) – відповіли, що іноді знайомляться з новими людьми. Ще 33,3% (10 осіб) зазначили, що це відбувається рідко. 20% опитаних (6 осіб) взагалі не знайомляться з новими людьми в парку, і лише 10% (3 особи) відповіли, що роблять це часто.

Отже, більшість респондентів хоча б епізодично відкриті до нових соціальних контактів у парку, однак лише незначна частина активно ініціює знайомства. Це може свідчити як про індивідуальні комунікативні стилі, так і про функціональне призначення парку – радше як простору для відпочинку, ніж для пошуку нових контактів.

Для оцінки рівня громадської активності мешканців мікрорайону було проаналізовано, наскільки часто респонденти беруть участь у спільних заходах, що проводяться в парку (свята, толоки, ярмарки, культурні події тощо). Цей показник дає змогу оцінити соціальний потенціал паркового простору як місця для взаємодії та згуртування. Результати відповідей подано на рис. 2.5.

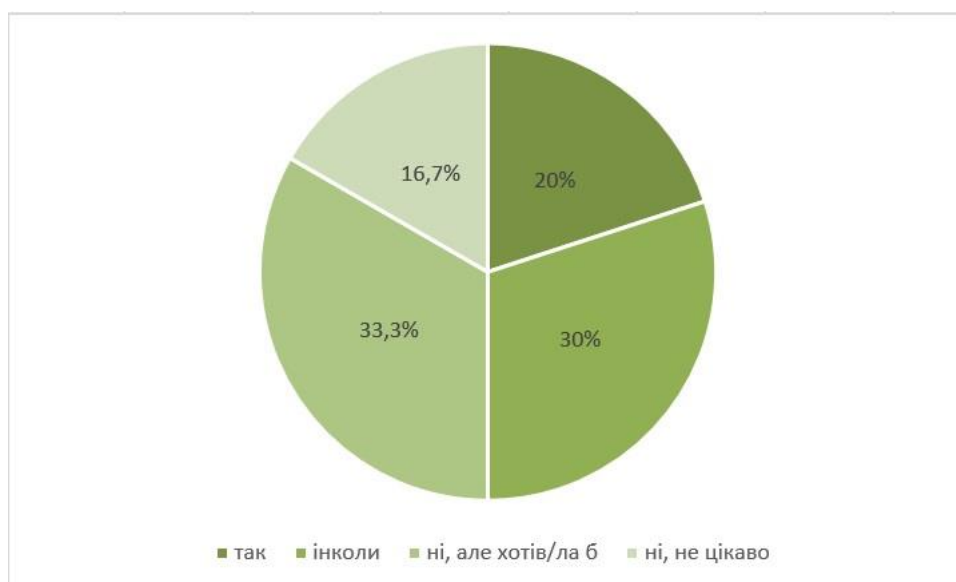


Рис. 2.5. Участь у спільних заходах у парку, n = 30

Найбільшу частку респондентів становлять ті, хто не бере участі в заходах, але має бажання долучитись – 33,3% (10 осіб). Це свідчить про наявність латентного соціального потенціалу, який можна активізувати за умови належної організації подій. Ще 30% (9 осіб) зазначили, що інколи беруть участь, і 20% (6 осіб) – що залучаються регулярно.

Водночас 16,7% респондентів (5 осіб) вказали, що участь у спільних заходах їх не цікавить. Ця група, хоч і менша, може свідчити про певну

соціальну відстороненість або недостатню релевантність заходів для окремих категорій мешканців.

Загалом результати демонструють потенціал парку як простору для громадської активності: більшість респондентів або вже беруть участь у заходах, або виявляють до них зацікавлення. Це створює передумови для розвитку парку як осередку соціальної взаємодії та згуртування.

У завершальній частині анкетування респондентам було запропоновано висловити свої пропозиції щодо покращення паркового простору. Це дозволило зафіксувати найбільш актуальні очікування мешканців щодо функціонального, естетичного та соціального розвитку парку. Результати узагальнено в табл. 2.10.

Таблиця 2.10

Пропозиції респондентів щодо покращення парку, n = 30

Пропозиції респондентів щодо покращення парку	Кількість респондентів	
	n	%
Більше лавок, освітлення	9	30
Організація подій / свят	11	36,7
Дитячі й спортивні майданчики	7	23,3
Чистота та охайність	3	10

Найбільше респондентів – 11 осіб (36,7%) – висловили побажання організовувати у парку більше подій і свят, що свідчить про запит на соціальну активність, згуртування громади та культурне наповнення простору. 30% опитаних (9 осіб) наголосили на необхідності встановлення додаткових лавок та покращення освітлення, тобто базового фізичного комфорту.

Дитячі та спортивні майданчики були згадані у відповідях 7 респондентів (23,3%), що вказує на потребу в облаштуванні зон для активного дозвілля. Лише 3 особи (10%) звернули увагу на питання чистоти та охайності, що, з одного боку, може свідчити про задовільний поточний стан, а з іншого – про різний рівень чутливості мешканців до благоустрою.

Таким чином, більшість пропозицій стосуються як створення більш зручного й безпечного середовища, так і розвитку парку як місця соціального життя, що підтверджує його потенціал для формування згуртованої місцевої спільноти.

Результати дослідження засвідчили, що парковий простір мікрорайону виконує не лише рекреаційні, а й важливі соціальні та емоційно-психологічні функції. Більшість респондентів висловили позитивне ставлення до парку як до безпечного, комфортного та відкритого середовища, що сприяє зниженню стресу, емоційному відновленню та спостереженню за соціальною активністю інших. Водночас виявлено, що для частини мешканців парк ще не став повноцінним осередком міжособистісної взаємодії: рівень нових знайомств залишається відносно низьким, а участь у спільних заходах – епізодичною або потенційною.

Опитані мешканці демонструють високий рівень залученості до щоденного використання парку, при цьому значна частина з них висловлює потребу у створенні умов для соціалізації: організації свят, дозвілля, зон активного відпочинку. Це свідчить про наявність передумов для формування соціальної єдності громади через розвиток і функціональне переосмислення паркового простору.

Таким чином, отримані емпіричні дані підтверджують значущість парку як чинника соціальної згуртованості та обґрунтовують доцільність використання саденотерапевтичних підходів для цілеспрямованої психолого-соціальної роботи з громадою.

РОЗДІЛ 3

ГАРДЕНОТЕРАПЕВТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ФОРМУВАННЯ ЗГУРТОВАНOSTІ ГРОМАДИ ШЛЯХОМ РОЗБУДОВИ МІСЬКОГО ПАРКУ

3.1. Психолого-соціальні умови ефективного використання паркового простору як середовища згуртування

Парковий простір виступає не лише об'єктом урбаністичного благоустрою, а й важливим психосоціальним ресурсом, здатним впливати на міжособистісні зв'язки, формування ідентичності громади, розвиток довіри та взаємної підтримки серед мешканців. У контексті соціальної згуртованості парк набуває функцій, що виходять за межі традиційного дозвілля, перетворюючись на платформу соціальної взаємодії, символічного єднання та громадянської активності.

Ефективне функціонування паркового простору як середовища згуртування громади передбачає взаємодію кількох взаємопов'язаних чинників, кожен з яких виконує специфічну та суттєву функцію у процесі формування соціальної єдності. Ці чинники охоплюють як суб'єктивні психологічні стани (емоційна залученість, відчуття безпеки й комфорту), так і об'єктивні просторово-соціальні характеристики середовища (структурованість простору, можливості для взаємодії, наявність символічного змісту). Вони не діють ізольовано, а утворюють цілісну систему, в межах якої кожен елемент підсилює або обумовлює дієвість інших. Таким чином, згуртування громади як соціальний процес є результатом багаторівневої взаємодії просторових, емоційно-психологічних і соціокультурних факторів, що реалізуються в межах парку як публічного простору. Узагальнена структурна модель таких умов і механізмів наведена на рис. 3.1, де схематично представлено ключові компоненти процесу згуртування громади та їх взаємозв'язки.

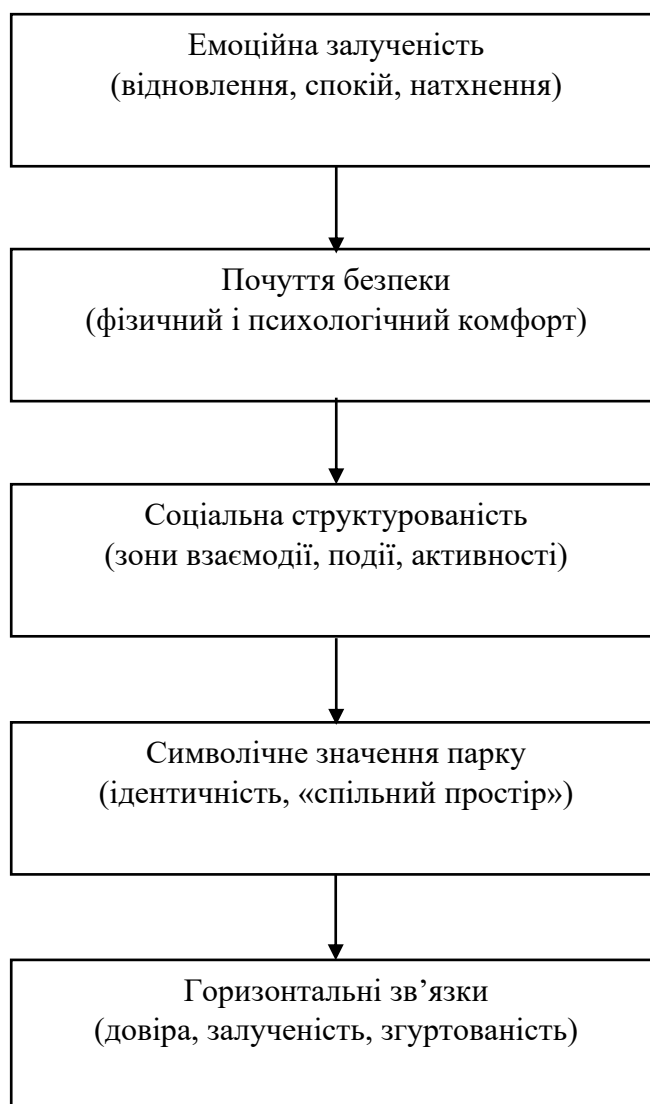


Рис. 3.1. Психолого-соціальні умови згуртування громади в парку як публічному просторі

У структурі, представлений на рис. 3.1, кожен із компонентів виконує автономну, але водночас взаємопов'язану функцію.

По-перше, емоційна залученість до простору відіграє ключову роль у формуванні готовності до соціальної взаємодії. Дослідження вказують, що у разі, коли публічне середовище викликає у відвідувачів відчуття спокою, натхнення чи гармонії, вони більш схильні до відкритої комунікації, участі в спільних ініціативах та виявлення громадянської активності. Емоційне сприйняття парку як простору психологічного відновлення формує довіру до

середовища, що, у свою чергу, підвищує довіру до інших людей у межах цього простору.

По-друге, почуття безпеки та комфорту є базовими передумовами перебування в публічному просторі. Якщо фізичне середовище не забезпечує мінімального рівня благоустрою (освітлення, чистота, доступність лавок, зручність шляхів пересування), ймовірність спонтанної соціальної взаємодії суттєво знижується. Водночас психологічний комфорт передбачає відсутність загрози соціального засудження, конфліктів або маргіналізації, що особливо важливо для вразливих груп населення – осіб похилого віку, молоді, внутрішньо переміщених осіб.

По-третє, соціальна структурованість паркового простору вимагає наявності елементів, які б заохочували до спільного перебування: зон для комунікації (відкриті павільйони, лавки з круговим розташуванням), місць для колективної активності (дитячі та спортивні майданчики, сцени, поляни), а також регулярних подій, які стимулюють соціальну участь (свята, ярмарки, громадські толоки). Саме через ці елементи парк трансформується із простору особистого дозвілля у простір соціальної синергії.

Четвертий чинник – символічне значення парку як частини колективної ідентичності громади. Простори, що мають історичне, культурне або емоційне наповнення, сприяють формуванню спільної пам'яті та відчуття причетності до спільноти. Наявність у парку місць пам'яті, локальних арт-об'єктів, створених мешканцями, або ініціатив з облаштування території спільними зусиллями надає парку статусу «простору нашого», що підвищує рівень включеності в життя громади.

Також важливо враховувати психологічні особливості взаємодії у відкритому середовищі, які передбачають зменшення бар'єрів формального спілкування. Спонтанність контактів, зниження ролі соціального статусу, можливість перебувати у спільному просторі без примусу до взаємодії – все це створює умови для поступового формування горизонтальних зв'язків між мешканцями. Саме такі зв'язки і становлять основу соціальної згуртованості.

Таким чином, ефективне функціонування парку як середовища соціального єднання потребує комплексного врахування психологічних і соціальних чинників. Лише за умови гармонізації емоційного, просторового та комунікативного вимірів можлива трансформація паркового простору у повноцінний ресурс згуртування громади. Саме ці принципи лягають в основу гарденотерапевтичних практик, що розглядатимуться в наступному підрозділі.

3.2. Гарденотерапевтичні практики як інструмент активізації соціальної взаємодії у громаді

У сучасних підходах до розвитку громади все більшої уваги набувають природоорієнтовані, екологічно та психологічно збалансовані методи, серед яких гарденотерапія (садівнича терапія) вирізняється як ефективний засіб не лише для покращення психоемоційного стану індивідів, а й для формування соціальних зв'язків і згуртування локальних спільнот. Згідно з міждисциплінарними дослідженнями, гарденотерапія передбачає цілеспрямовану організацію взаємодії з природним середовищем (зокрема, із зеленими зонами та рослинним матеріалом) з метою досягнення позитивних змін у психофізичному, емоційному та соціальному благополуччі учасників.

Результати емпіричних досліджень свідчать, що садівнича діяльність позитивно впливає на рівень психологічного добробуту, знижує показники тривожності, депресивності та соціальної ізоляції [45]. У контексті громад, гарденотерапевтичні практики сприяють підвищенню рівня локальної ідентичності, зміцненню почуття приналежності та довіри до соціального оточення. Це робить їх дієвим інструментом для активізації соціального капіталу та формування стійких горизонтальних зв'язків між мешканцями.

Застосування гарденотерапевтичних практик у межах міського парку відкриває широкі можливості для активізації горизонтальної взаємодії між мешканцями. На відміну від формалізованих соціальних заходів, садівнича діяльність має невимушений, інклюзивний та циклічний характер, що дозволяє

людям поступово інтегруватися у спільну діяльність, зберігаючи власний ритм включення та рівень участі. В основі гарденотерапії як інструменту згуртування лежить триєдиний вплив:

- 1) фізична присутність у зеленому середовищі, що знижує тривожність і покращує самопочуття;
- 2) спільна діяльність як форма соціального партнерства;
- 3) символічне закріплення колективних результатів, яке посилює почуття причетності.

З точки зору соціальної взаємодії, гарденотерапевтичні практики створюють спільний простір дії, де стираються вікові, професійні, соціальні та навіть мовні бар'єри. Практики садівництва, висаджування рослин, догляду за територією, спостереження за сезонними змінами в природі – всі ці дії об'єднують учасників через досвід співпереживання та спільної турботи про живе середовище. Така діяльність активізує соціальні механізми емпатії, довіри, взаємопідтримки, які є основою сталих зв'язків у громаді.

На рівні психосоціальної дії, гарденотерапія сприяє розвитку відчуття включеності у спільне середовище, що є ключовим для зміцнення соціального капіталу громади. Досвід участі в колективному озелененні, облаштуванні клумб, створенні тематичних зон (наприклад, ароматичного саду, зони місцевих рослин, екоплатформи) формує у мешканців відчуття відповідальності за спільний простір та гордості за його вигляд. Таким чином, паркова зона набуває ознак «свого» простору – місця, в яке вкладено особистий і колективний ресурс.

Крім того, гарденотерапевтичні практики мають інклюзивний потенціал: вони є доступними для осіб з різним рівнем фізичних можливостей, включаючи людей старшого віку, дітей, осіб з інвалідністю, а також тих, хто переживає соціальну ізоляцію чи тимчасове психоемоційне виснаження. Саме ця інклюзивність створює умови для залучення ширших верств населення до спільної діяльності, що сприяє подоланню соціальної фрагментованості.

У межах даного дослідження було здійснено практичну апробацію садотерапевтичних практик у форматі спільної діяльності мешканців на території міського паркового простору. Практична частина була реалізована у вигляді організованого заходу екологічного спрямування (суботника), який тривав близько 3 годин. У заході взяли участь 18 осіб із загальної вибірки респондентів, що дозволило отримати емпіричні спостереження щодо впливу такої діяльності на емоційний стан учасників та характер їхньої соціальної взаємодії.

Учасники були об'єднані у малі групи по 3–5 осіб. Практична діяльність включала кілька послідовних етапів:

- очищення території від побутового сміття, підготовку ґрунту (розпушування, вирівнювання);
- формування посадкових зон;
- створення трьох декоративних клумб площею приблизно 2–3 м² кожна;
- висадку рослин та їх первинний догляд (полив, ущільнення ґрунту).

Для озеленення використовувалися рослини, адаптовані до умов міського середовища: чорнобривці, петунії, айстри, а також декоративні кущі – спірея та самшит. Підбір рослин здійснювався з урахуванням принципів сезонності, кольорової композиції та невибагливості у догляді, що забезпечує можливість подальшого залучення мешканців до підтримання створених зелених зон. Такий вибір рослин мав не лише естетичне, а й практичне значення, оскільки дозволяв учасникам швидко побачити результат спільної роботи та сформувані позитивне ставлення до подальшого догляду за простором.

У процесі діяльності учасники самостійно розподіляли ролі (підготовка ґрунту, висадка, полив), що сприяло формуванню навичок співпраці. Взаємодія супроводжувалася активним неформальним спілкуванням: обговоренням розміщення рослин, обміном порадами, спільним прийняттям рішень. Такий формат сприяв зниженню соціальних бар'єрів та формуванню первинних міжособистісних контактів між учасниками.

Біологічний компонент діяльності, який полягав у безпосередньому контакті з ґрунтом, рослинами та процесом створення живого середовища, відіграв важливу роль у зміні емоційного стану учасників. За результатами спостереження та самозвітів учасників відзначено підвищення зацікавленості, відчуття спокою, емоційного розвантаження та задоволення від виконаної роботи. Особливо значущим виявився сам факт колективного створення видимого результату, який сприймався мешканцями як спільне досягнення.

Після завершення заходу було проведено коротке опитування у формі самозвіту з використанням простої шкали оцінки емоційного стану та соціального самопочуття. Отримані результати показали, що 83% учасників відзначили покращення настрою, 72% – зниження напруження, 67% – підвищення відкритості до спілкування, 61% – посилення відчуття причетності до громади, а 78% висловили готовність брати участь у подібних заходах у майбутньому.

Таким чином, практична апробація гарденотерапевтичних заходів підтвердила їх ефективність як інструменту активізації соціальної взаємодії та формування згуртованості громади. Навіть одноразова спільна діяльність, пов'язана з благоустроєм і озелененням паркового простору, здатна створити умови для емоційного зближення, розвитку комунікації та посилення відчуття спільності.

У процесі реалізації гарденотерапевтичних заходів постає необхідність у впровадженні структурованих програм, що сприяють не лише психоемоційному відновленню, а й розвитку стабільних соціальних зв'язків. Такі програми мають включати активності, які забезпечують чергування фізичної дії, комунікативної взаємодії та особистісної рефлексії. Окрім того, вони повинні бути гнучкими й адаптивними до потреб конкретної громади, враховуючи її вікові, соціальні та психологічні характеристики. Особливе значення в цьому контексті має поєднання відкритого природного простору з елементами спільного символічного досвіду, що сприяє зниженню соціальних бар'єрів.

У цьому контексті доцільним є впровадження цілеспрямованих модулів або циклів зустрічей, які поєднують фізичну активність на природі з елементами комунікативної, рефлексивної та творчої взаємодії. У табл. 3.1 представлено орієнтовну авторську модель гарденотерапевтичної програми, розроблену з урахуванням потреб громади, соціальної структури та психоемоційних особливостей міського населення.

Таблиця 3.1

**Орієнтовна структура гарденотерапевтичної програми для активізації
соціальної взаємодії в громаді**

№ заняття	Назва заняття	Мета	Основні активності	Рефлексивні питання
1	Формування простору безпечної взаємодії	Сприяти формуванню довірливої атмосфери в групі та початковому емоційному включенню учасників	Психосоціальні вправи на знайомство, символічне самопредставлення, формування емоційного контакту в групі	Що допомагає мені відкриватись у безпечному середовищі?
2	Колективне осмислення паркового середовища	Залучити учасників до спільного аналізу сильних і проблемних зон парку та вироблення спільного бачення його потенціалу	Колективне мапування паркового простору, виявлення потреб, групова дискусія щодо функціонального призначення зони	Що мене об'єднує з іншими в сприйнятті спільного простору?
3	Практична взаємодія у створенні зеленого об'єкта	Забезпечити досвід спільної практичної діяльності, спрямованої на благоустрій паркового простору	Організована висадка рослин, догляд за вибраною ділянкою, взаємодія в малих групах з елементами фасилітації	Який досвід взаємодії був для мене новим або важливим?

4	Розвиток спільної відповідальності за природне середовище	Поглибити усвідомлення учасниками зв'язку між доглядом за природою та формуванням міжособистісних зв'язків у громаді	Рефлексивні вправи на осмислення паралелей між живим середовищем і соціальними зв'язками, догляд за насадженнями	Які паралелі між природною турботою і соціальною відповідальністю я помітив?
5	Естетичне переживання природи як джерело згуртованості	Актуалізувати емоційно-естетичне сприйняття природи як чинника зміцнення почуття спільності	Створення природної інсталяції, мистецькі практики на основі природного матеріалу, емоційне групове обговорення	Що саме в природі викликає в мене почуття єдності?
6	Підбиття підсумків та планування подальших дій	Здійснити узагальнення групового досвіду, підвищити мотивацію до подальшої активності в межах громади	Презентація результатів, обговорення особистого внеску, планування подальших ініціатив, неформальне спілкування	Що я відкрив у собі та в інших протягом цього циклу?

Крім структурованих модулів, гарденотерапевтичні заходи можуть також реалізовуватись у вигляді разових або регулярних ініціатив. Серед найбільш ефективних форм організації садівничої взаємодії можна виокремити такі:

- спільні висадження дерев, квітів або декоративних рослин мешканцями;
- сезонні толоки з догляду за озелененням та благоустроєм;

- майстер-класи та воркшопи з міського садівництва;
- тематичні заходи з екопросвіти (створення зелених лабіринтів, шкільних ботанічних проєктів тощо);
- психотерапевтичні сесії на природі, що поєднують елементи арттерапії, тілесно-орієнтованих практик та садівничої активності;
- залучення внутрішньо переміщених осіб та інших вразливих груп до планування та реалізації гарденотерапевтичних заходів.

Таким чином, гарденотерапевтичні практики не лише сприяють індивідуальному психоемоційному благополуччю, а й мають вагомий потенціал у формуванні згуртованої, соціально активної громади. Для досягнення системного ефекту важливо забезпечити сталість таких ініціатив, їх доступність для різних категорій населення та інтегрованість у ширший процес розвитку публічного простору. У цьому контексті особливого значення набуває питання участі мешканців у плануванні, реалізації та оцінці гарденотерапевтичних заходів.

3.3. Пропозиції щодо інтеграції мешканців у процес розбудови міського парку з урахуванням психосоціального потенціалу простору

Інтеграція мешканців у процес розбудови міського парку вимагає розробки стратегій, що забезпечують не лише участь населення у благоустрої, а й формування стійкої соціальної взаємодії в межах локальної громади. Психосоціальний потенціал паркового простору, досліджений у попередніх підрозділах, дозволяє розглядати його не як пасивний об'єкт впливу, а як активне середовище, що може стати каталізатором соціальної мобілізації. У цьому контексті, інтеграція мешканців передбачає поступовий перехід від споживацького ставлення до простору до форм участі, співвідповідальності та спільного планування.

Однією з ключових умов ефективної інтеграції є застосування партисипативних (учасницьких) практик, що передбачають залучення

мешканців на всіх етапах: від обговорення концепції простору до реалізації і підтримання результатів. Дослідження у сфері соціальної екології та урбаністичної психології свідчать, що участь у прийнятті рішень щодо облаштування простору суттєво підвищує рівень емоційної прив'язаності до нього, формує почуття відповідальності та зміцнює довіру до соціальних інститутів. Участь мешканців у проектуванні парку дає змогу врахувати специфіку локального контексту, відобразити цінності спільноти й уможливорює створення простору, який справді відповідає потребам користувачів.

Інтеграція громади у процеси розвитку паркового простору повинна здійснюватись за допомогою поетапної моделі взаємодії, яка включає такі компоненти:

1. Інформаційно-просвітницький етап, який передбачає інформування мешканців про плани розбудови парку, роз'яснення значення садотерапевтичних підходів та популяризацію ідеї парку як простору спільної дії. Важливим є використання зрозумілих каналів комунікації (локальні ЗМІ, соцмережі, громадські оголошення), а також залучення місцевих лідерів думок, які можуть стати посередниками між ініціаторами змін і громадою.

2. Консультативно-аналітичний етап, під час якого відбувається збір пропозицій, обговорення концепцій, мапування очікувань та потреб мешканців щодо паркового простору. Доцільним є використання методів громадського обговорення, фасилітаційних сесій, інтерактивного моделювання, соціологічних опитувань. Цей етап закладає основи для відчуття причетності та цінності кожного голосу.

3. Планувально-організаційний етап, який полягає в ко-дизайні простору (спільному проектуванні зон парку), формуванні робочих груп за напрямками (озеленення, благоустрій, організація заходів) та узгодженні реалістичних планів дій. Тут важливо забезпечити рівний доступ до участі різних категорій мешканців, особливо представників маргіналізованих груп.

4. Реалізаційний етап, у межах якого проводяться спільні дії: висадка рослин, облаштування локацій, створення символічних елементів парку (мурали, арт-об'єкти, стенди пам'яті тощо). Особливе значення має підтримка спільної мотивації, надання ресурсної допомоги (інструментів, розсади, матеріалів), а також присутність координаторів, здатних забезпечити конструктивну комунікацію.

5. Підтримувальний етап, що включає регулярні заходи з утримання простору, планування подій у парку, створення добровільних об'єднань (дружин парку, екологічних клубів, садівничих ініціатив). Важливим елементом є формування інституційної пам'яті про реалізовані проєкти, що підтримує тривалу залученість та відкриває перспективи для нових ініціатив.

Практична апробація гарденотерапевтичного заходу, описана в попередньому підрозділі, підтвердила доцільність використання саме колективних, поетапно організованих форм участі мешканців у розбудові паркового простору. Отримані результати засвідчили, що найбільш ефективними виявляються ті формати діяльності, які поєднують фізичну спільну працю, неформальну комунікацію та можливість спостерігати безпосередній результат власного внеску. Саме тому інтеграція мешканців має ґрунтуватися не лише на одноразових акціях, а на системних і повторюваних формах взаємодії.

До таких форм доцільно віднести сезонні висадження рослин, регулярні екологічні толоки, догляд за закріпленими ділянками парку, створення малих ініціативних груп з озеленення, проведення тематичних громадських подій (екодні, родинні заходи, міжпоколіннєві активності). Важливим є також залучення різних соціальних груп до виконання диференційованих ролей: молоді – до організації та фізичної участі, людей старшого віку – до передачі досвіду та консультативної підтримки, активістів – до координації та комунікації. Такий підхід сприяє підвищенню суб'єктивної значущості участі та формуванню відчуття причетності до спільного простору.

З метою забезпечення сталості інтеграційних процесів доцільно впроваджувати елементи зворотного зв'язку, зокрема короткі опитування учасників після проведення заходів, групові рефлексивні обговорення, а також спостереження за рівнем повторної участі мешканців. Це дозволяє оцінити не лише організаційний результат, а й психосоціальний ефект: покращення емоційного стану, підвищення відкритості до взаємодії, посилення відчуття згуртованості та соціальної довіри.

Окрему увагу слід приділити створенню інфраструктури для соціальної взаємодії, яка є передумовою сталого включення мешканців. Йдеться про доступні простори для неформальної комунікації, тіньові зони, місця для маломобільних осіб, дошки оголошень для взаємоінформування, спільні столи для творчості тощо. Такі елементи стають матеріальним втіленням відкритості простору до участі.

Таким чином, інтеграція мешканців у процес розбудови парку потребує багаторівневої, поетапної взаємодії, яка враховує психологічні, соціальні та інституційні чинники. Лише за умов поєднання горизонтальних форм взаємодії з інклюзивною інфраструктурною політикою можливо забезпечити трансформацію парку в динамічне середовище соціальної згуртованості. У довгостроковій перспективі це сприяє не лише підвищенню якості життя громади, а й формуванню громадянської відповідальності, відчуття належності та довіри між її учасниками.

ВИСНОВКИ

Результати дослідження гарденотерапії як інтегративного методу формування згуртованості громади в умовах розбудови міського парку дозволяють сформулювати наступні висновки:

Аналіз наукових підходів до трактування феномену соціальної згуртованості засвідчив його багатогранність, міждисциплінарну природу та динамічний характер. Попри розбіжності в дефініціях, у науковому дискурсі поступово сформувався відносний консенсус щодо ключових вимірів цього поняття: міжособистісна довіра, почуття належності, соціальне залучення, орієнтація на спільне благо та якість соціальних зв'язків. Соціальна згуртованість постає як складна системна характеристика групи або спільноти, що виявляється у стабільності соціальних відносин, готовності до взаємодії, дотриманні спільних норм і підтримці інтеграційних процесів. Особливу увагу приділено психологічному виміру згуртованості як сукупності ставлень і поведінкових патернів, що вказують на ідентифікацію з групою, емоційну залученість та просоціальну мотивацію. У структурі феномену виокремлюються як індивідуальні диспозиційні компоненти, так і групові характеристики, що дозволяє розглядати згуртованість одночасно як стан і процес. Це розширює можливості її вивчення у межах соціально-психологічного аналізу, зокрема в контексті розвитку громад.

Проведений аналіз дозволяє розглядати гарденотерапію як значно ширше явище, ніж суто метод індивідуальної психоемоційної підтримки. У сучасних умовах вона постає як комплексний соціально-психологічний інструмент, здатний впливати не лише на внутрішній стан людини, а й на характер взаємодії між членами спільноти. Її цінність у контексті дослідження полягає в поєднанні природного середовища, активної діяльності та міжособистісної комунікації, що створює сприятливі умови для виникнення довіри, співпраці та відчуття причетності до спільної справи. Важливим є те, що гарденотерапія забезпечує природний і ненав'язливий формат взаємодії, у якому соціальні

зв'язки формуються не штучно, а через спільну діяльність і переживання. Саме це дозволяє знижувати соціальну дистанцію між людьми, долати відчуження та формувати більш стійкі горизонтальні зв'язки. Участь у догляді за спільним простором поступово трансформує ставлення мешканців до середовища, перетворюючи його на значущу частину колективного досвіду.

Розбудова природного середовища в умовах міського простору виходить далеко за межі суто естетичного чи екологічного завдання. Вона поступово перетворюється на важливий соціально-психологічний процес, у якому поєднуються індивідуальне переживання простору та колективний досвід взаємодії. Саме через цей подвійний ефект природні середовища здатні впливати не лише на самопочуття окремої людини, а й на характер зв'язків між людьми. Особливої ваги набуває той факт, що участь у створенні та підтримці зелених зон формує інше ставлення до простору – він перестає бути «нічийним» і набуває значення спільного. Це змінює і поведінку людей: з'являється більше відповідальності, зацікавленості та готовності взаємодіяти. Через прості, на перший погляд, дії – посадити дерево, доглянути клумбу, впорядкувати територію – вибудовується більш глибокий рівень соціального зв'язку. Водночас природне середовище створює сприятливий фон для цієї взаємодії: зниження напруження, емоційний комфорт і відчуття безпеки роблять спілкування більш відкритим і невимушеним. У таких умовах легше виникають контакти, формується довіра, з'являється досвід спільної діяльності, який і стає основою згуртованості.

Обґрунтовано доцільність використання комплексного підходу до психолого-соціального дослідження рівня згуртованості громади, що поєднує кількісні та якісні методи діагностики соціальної взаємодії, психологічного благополуччя та міжособистісних зв'язків. Обрані інструменти – індекс соціальної згуртованості SCORE, соціометричне дослідження Дж. Морено та модифікована шкала суб'єктивного благополуччя – дозволяють здійснити багаторівневу оцінку соціального функціонування громади, охоплюючи як структурні, так і емоційно-психологічні виміри. Завдяки інтеграції

інституційного, міжособистісного та інтраперсонального рівнів аналізу забезпечується глибоке розуміння соціальної динаміки мікроспільноти, виявлення чинників, що сприяють або перешкоджають згуртованості, а також діагностика суб'єктивного самопочуття її учасників. Обґрунтованість обраного методологічного інструментарію створює надійну основу для подальшого емпіричного аналізу та формування практичних психосоціальних інтервенцій, спрямованих на зміцнення соціальної єдності, добробуту й взаємної підтримки всередині громади.

Результати емпіричного дослідження дозволили отримати цілісну картину соціальної згуртованості, міжособистісної взаємодії та суб'єктивного благополуччя членів територіальної громади мікрорайону «Космічний» м. Запоріжжя. Аналіз субіндексів індексу SCORE засвідчив домінування середнього рівня згуртованості в більшості опитаних, що свідчить про наявність базових умов для розвитку соціальної єдності, однак вказує на недостатню глибину взаємної довіри, громадянської активності та відчуття безпеки.

Дані соціометричного дослідження виявили низький соціометричний статус у значної частини учасників та низький коефіцієнт згуртованості ($KЗГ = 0,11$), що свідчить про фрагментарність міжособистісних контактів, обмежену емоційну взаємодію та слабе відчуття групової інтеграції. Хоча повна соціальна ізоляція в межах спільноти не зафіксована, відсутність чітко виражених лідерів і взаємних емоційних зв'язків свідчить про брак консолідованої соціальної структури.

Результати дослідження суб'єктивного благополуччя демонструють переважання низького рівня психологічного, фізичного та соціального самопочуття серед респондентів, що посилює уявлення про вразливість громади до психосоціального виснаження та відсутність належної емоційної підтримки.

Таким чином, отримані емпіричні дані засвідчують наявність низки бар'єрів, які стримують розвиток згуртованості в досліджуваній громаді.

Виявлені тенденції вказують на необхідність запровадження цілеспрямованих психосоціальних втручань, спрямованих на формування довіри, зміцнення соціального капіталу, розвиток партнерської взаємодії та підвищення емоційного благополуччя мешканців. Створення спільних просторів для взаємодії, ініціатив у сфері благоустрою, освітніх і культурних програм може стати дієвим інструментом посилення внутрішньої єдності громади.

Емпіричне дослідження емоційного сприйняття паркового простору в підтвердило його важливу роль не лише як рекреаційної зони, а й як простору соціальної взаємодії, психологічного комфорту та потенційного центру формування громадянської згуртованості. Парк сприймається більшістю мешканців як безпечне, комфортне і сприятливе для відпочинку середовище, яке допомагає знижувати рівень стресу, сприяє емоційному відновленню та створює умови для соціального спостереження і неформального спілкування. Разом із тим, результати засвідчили, що функціонал парку як осередку активної міжособистісної взаємодії та соціального згуртування поки реалізований частково. Низький рівень нових знайомств і обмежена участь у спільних заходах свідчать про наявність латентного соціального потенціалу, який ще не перетворено на сталі практики соціального єднання. Пропозиції респондентів щодо покращення простору – зокрема потреба в організації заходів, встановленні інфраструктурних об'єктів для дозвілля та посиленні благоустрою – вказують на запит на підвищення як фізичного, так і соціального комфорту парку.

Аналіз психолого-соціальних умов ефективного використання паркового простору як середовища згуртування громади засвідчив, що парк виступає не лише фізичним об'єктом благоустрою, а й багатофункціональним соціально-психологічним ресурсом. Його потенціал реалізується за умови взаємодії кількох ключових чинників: емоційної залученості, відчуття безпеки та комфорту, соціальної структурованості простору і символічного значення парку як частини колективної ідентичності. Узагальнена модель підтверджує, що ефективне згуртування громади можливе лише за наявності системної гармонії

між суб'єктивним сприйняттям середовища та його об'єктивними характеристиками. Простір, який сприймається як відкритий, безпечний і значущий, стимулює соціальні контакти, знижує міжособистісні бар'єри, сприяє формуванню горизонтальних зв'язків і підвищенню рівня громадянської участі.

Гарденотерапевтичні практики у контексті розвитку громади демонструють значно ширший потенціал, ніж просто засіб психоемоційного відновлення. Вони створюють умови для природного включення людини у спільну діяльність, де взаємодія виникає не як вимога, а як органічна частина процесу. Саме це робить їх особливо цінними для формування живих, а не формальних соціальних зв'язків.

Практичний досвід, отриманий у ході реалізації спільних садівничих активностей, показує, що навіть короткотривала взаємодія здатна змінювати характер спілкування між людьми: з'являється більше відкритості, взаємної підтримки та зацікавленості у спільному результаті. Важливо й те, що результат такої діяльності має матеріальне втілення – створений простір, який залишається у користуванні громади і стає своєрідним нагадуванням про спільний досвід.

Окремої уваги заслуговує інклюзивність гарденотерапевтичних практик. Вони не потребують спеціальної підготовки, є доступними для різних вікових і соціальних груп та дозволяють кожному учаснику знайти своє місце в процесі. Це суттєво знижує бар'єри до участі й робить такі практики ефективним інструментом залучення мешканців до життя громади. Таким чином, гарденотерапія виступає не лише як метод роботи з емоційним станом, а як реальний механізм активізації соціальної взаємодії. Її цінність полягає в здатності об'єднувати людей через спільну дію, формувати досвід співпраці та закладати основу для подальшого розвитку стійких соціальних зв'язків у громаді.

Представлені підходи до інтеграції мешканців у процес розбудови міського парку засвідчують важливість розгляду публічного простору не лише

як фізичного середовища, а як соціально значущого ресурсу, здатного мобілізувати громаду. Парк постає як потенційний осередок соціальної взаємодії, довіри, участі та співвідповідальності, а ефективне використання його психосоціального потенціалу потребує усвідомленої та поетапної взаємодії з місцевими жителями. Запропонована модель інтеграції мешканців охоплює всі ключові етапи партисипативного процесу – від інформування й консультацій до реалізації та підтримки результатів – і враховує як емоційні, так і структурні чинники згуртування. Особливої ваги набувають механізми співпраці, що поєднують горизонтальну комунікацію, залучення вразливих груп та створення інфраструктури соціальної відкритості.

Таким чином, тільки за умови активної участі мешканців на всіх рівнях розбудови парку, з опорою на їхній досвід, потреби та ідентичність, публічний простір може перетворитися на стабільне середовище громадянської згуртованості. Інтегративний підхід до паркового розвитку стає основою для формування сильнішої, відповідальнішої та соціально включеної громади.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бибик Д., Савельчук І. Соціальна згуртованість молоді в Україні в умовах воєнного стану. *Social Work and Education*. 2023. Vol. 10, No. 1. pp. 7-16. DOI: <https://doi.org/10.25128/2520-6230.23.1.1>
2. Горбата Л. П. Стійкість та соціальна згуртованість як основа сталого розвитку територіальних громад. *Публічне управління та соціальна робота*. 2024 № 2. С.40–45.
3. Дейнеко О. О. Особливості дефінування поняття «соціальна згуртованість»: від широкого до вузького розуміння. *Актуальні проблеми філософії та соціології*. 2020. Вип. 27. С. 90-96. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/aprfc_2020_27_18.
4. Карамушка Л., Терещенко К. Адаптація на українській вибірці методик «The Modified BBC Subjective Well-being Scale (BBC-SWB)» та «Positive Mental Health Scale (PMH-scale)». *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2022. № (3(27), С. 85-94. DOI: <https://doi.org/10.31108/2.2022.3.27.8>
5. Котченко М. В. Використання гарденотерапії для зниження рівня тривожності та підвищення стресостійкості жінок в умовах війни. *Вісник післядипломної освіти: збірник наукових праць. Серія «Соціальні та поведінкові науки; Управління та адміністрування»*. 2025. Вип. 34(63). С. 71-87. DOI: [https://doi.org/10.58442/3041-1858-2025-34\(63\)](https://doi.org/10.58442/3041-1858-2025-34(63))
6. Лях Т., Спіріна Т., Ковтун Є. Розвиток соціальної згуртованості територіальної громади. *Ввічливість. Humanitas*. 2023. № 3. С. 41–48. URL: <https://doi.org/10.32782/humanitas/2023.3.7>.
7. Отрощенко Н. Л. Теоретичні засади формування соціальної згуртованості на рівні територіальної громади. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка : Педагогічні науки*. 2024. №4 (363). С. 152–157.

8. Сіверс З. Аналіз теоретичних досліджень соціальної згуртованості в зарубіжних наукових джерелах. *Проблеми політичної психології*. 2023. №14(28). С. 36–61. DOI: <https://doi.org/10.33120/popp-Vol14-Year2023-139>
9. Соціометрія як метод дослідження міжособистісних стосунків: Методичні рекомендації для студентів педагогічних вузів / Укладачі: Чудаєва Н.В., Шулдик Г.О.. Умань: ПП Жовтий, 2013. 38 с.
10. Стюарт-Сміт, С. Садотерапія. Як позбутися бур'янів у голові. / Сью Стюарт-Сміт; пер.з англ. Яни Філоненко. Київ: Yakaboo publishing, 2021. 328 с.
11. Таран Н., Бацманова Л., Косик О., Зима І. Вплив заняття садівництвом на психофізіологічний стан людини. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія*. 2023. №2(18). С. 78–83. DOI: [https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2\(18\).11](https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2(18).11)
12. Теорія, методика і досвід забезпечення соціальної згуртованості суспільства : колективна монографія / за заг. ред. І. М. Трубавіної ; Луганський національний університет імені Тараса Шевченка. Київ : Талком, 2025. 421 с.
13. Acket S., Borsenberger M., Dickes P., Sarracino F. Measuring and validating social cohesion: a bottom-up approach. *Working Paper*. 2011. № 8. URL: www.oecd.org/dev/pgd/46839973.pdf
14. American Horticultural Therapy Association (AHTA). Standards of Practice for Horticultural Therapy. AHTA, 2022. URL: <https://www.ahta.org/standards-of-practice>
15. Aras S.G., Runyon J.R., Kazman J.B., Thayer J.F., Sternberg E.M., Deuster P.A. Is Greener Better? Quantifying the Impact of a Nature Walk on Stress Reduction Using HRV and Saliva Cortisol Biomarkers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2024. Vol. 21, №11. P. 1491. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph21111491>

16. Barbiero G., Berto R. Biophilia as Evolutionary Adaptation: An Onto- and Phylogenetic Framework for Biophilic Design. *Front Psychol.* 2021 Jul 21. Vol. 12, art. 700709. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.700709>
17. Bottoni G. A. Multilevel measurement model of social cohesion. *Social Indicators Research.* 2018. Vol. 136. P. 835–857. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11205-016-1470-7>
18. Bruhn J. The Group Effect, Social Cohesion and Health Outcomes. New York: Springer; 2009.
19. Burchi F., Zapata-Román G. Inequality and social cohesion in Africa: Theoretical insights and an exploratory empirical investigation. *Discussion Paper.* 2022. № 16.
20. Carron A.V., Brawley L.R. Cohesion: Conceptual and measurement issues. *Small Group Research.* 2012. Vol. 43, № 6. P. 726–743. DOI: <https://doi.org/10.1177/1046496412468072>.
21. Cerwén G., Pedersen E., Pálsdóttir A.-M. The role of soundscape in nature-based rehabilitation: A patient perspective. *International Journal of Environmental Research and Public Health.* 2016. Vol. 13, №12. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph13121229>
22. Chalmin-Pui L. S., Griffiths A., Roe J., Heaton T., Cameron R. Why garden? – Attitudes and the perceived health benefits of home gardening. *Cities.* 2021. №112. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.cities.2021.103118>
23. Dickes P., Valentova M., Borsenberger M. Construct Validation and Application of a Common Measure of Social Cohesion in 33 European Countries. *Social Indicators Research.* 2010. Vol. 98, № 3. P. 451–473. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11205-009-9551-5>
24. Dragolov G., Ignacz S., Lorenz J., Delhey J., Boehnke K. Radar gesellschaftlicher Zusammenhalt. Messen was verbindet. Gesellschaftlicher Zusammenhalt in Deutschland. Gütersloh, Germany: Bertelsmann Foundation, 2014. URL: http://www.gesellschaftlicher-zusammenhalt.de/fileadmin/Inhalte/Radar_Deutschlandstudie_2014_web.pdf

- 25.Fonseca X., Lukosch S., Brazier F. Social cohesion revisited: a new definition and how to characterize it. *Innovation: The European Journal of Social Science Research*. 2019. Vol. 32, № 2. P. 231–253. DOI: <https://doi.org/10.1080/13511610.2018.1497480>
- 26.Gilligan M.J., Pasquale B.J., Samii C. Civil war and social cohesion: lab-in-the-field evidence from Nepal. *American Journal of Political Science*. 2014. №58. P. 604–619.
- 27.Gonzalez M.T., Kirkevold M. Benefits of sensory garden and horticultural activities in dementia care: A modified scoping review. *Journal of Clinical Nursing*. 2015. Vol. 24, №19–20. P. 2698–2715. DOI: <https://doi.org/10.1111/jocn.12891>
- 28.Hayashi N., Wada T., Hirai H., Miyake T., Matsuura Y., Shimizu N., Kurooka H., Horiuchi S. The effects of horticultural activity in a community garden on mood changes. *Environment Control in Biology*. 2008. Vol. 46, №4. P. 233–240. DOI: <https://doi.org/10.2525/ecb.46.233>
- 29.Kim H.K., Seo J.H. Effects of Health Status, Depression, Gerotranscendence, Self-Efficacy, and Social Support on Healthy Aging in the Older Adults with Chronic Diseases. *International journal of environmental research and public health*. 2022. Vol. 19, № 13. P. 7930. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph19137930>
- 30.Kim J., Sheely R., Schmidt C. Social capital and social cohesion measurement toolkit for community-driven development operations. Mercy Corps and the World Bank Group, Washington, DC, 2020.
- 31.Lai P.H., Lee A.Y., Chang C.Y. Using functional magnetic resonance imaging (fMRI) technology to analyze the benefit of horticultural activities. *Acta Horticulturae*. 2021. №1330. P. 161–168. DOI: <https://doi.org/10.17660/actahortic.2021.1330.18>
- 32.Lai P.-H., Li C.-W., Hung S.-H., Lee A.-Y., Chang C.-Y., Tang H.-F. How do horticultural activities affect brain activation and emotion? *Scientific evidence*

- based on functional connectivity. HortScience. 2023. №58(1). P. 67–78. DOI: <https://doi.org/10.21273/hortsci16788-22>*
- 33.Langer A., Stewart F., Smedts K., Demarest L. Conceptualising and measuring social cohesion in Africa: Towards a perceptions-based index. *Social Indicators Research. 2017. Vol. 131. P. 321–343.*
 - 34.Leininger J., Burchi F., Fiedler Ch., Mross K., Nowack D., Schiller von A., ... Ziaja S. Social cohesion: A new definition and a proposal for its measurement in Africa. *Discussion Paper, 2021. № 31. DOI: <https://doi.org/10.23661/dp31.2021.v1.1>*
 - 35.McFarland A., Waliczek T. M., Etheredge C., Sommerfeld Lillard A. J. Understanding motivations for gardening using a qualitative general inductive approach. *HortTechnology. 2018. Vol. 28, №3. P. 289–295. DOI: <https://doi.org/10.21273/horttech03972-18>*
 - 36.Oh Y.A., Lee A.Y., An K.J., Park S.A. Horticultural therapy program for improving emotional well-being of elementary school students: an observational study. *Integrative Medicine Research. 2020. Vol. 9, №1. P. 37–41. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.imr.2020.01.007>*
 - 37.Ohly H., White M.P., Wheeler B.W., Bethel A., Ukoumunne O.C., Nikolaou V., Garside R. Attention Restoration Theory: A systematic review of the attention restoration potential of exposure to natural environments. *J Toxicol Environ Health B Crit Rev. 2016. Vol. 19, №7. P. 305–343. DOI: <https://doi.org/10.1080/10937404.2016.1196155>*
 - 38.Panțiru I., Ronaldson A., Sima N. et al. The impact of gardening on well-being, mental health, and quality of life: an umbrella review and meta-analysis. *Syst Rev. 2024. Vol. 13, № 45. DOI: <https://doi.org/10.1186/s13643-024-02457-9>*
 - 39.Park S.A., Lee A.Y., Lee G.J., Kim D.S., Kim W.S., Shoemaker C.A., Son K.C. Horticultural activity interventions and outcomes. *Weonye Gwahag Gisulji. 2016. №34. P. 513–527. DOI: <https://doi:10.12972/kjhst.20160053>*
 - 40.Roesler C., Reefschräger G.I. Jungian psychotherapy, spirituality, and synchronicity: Theory, applications, and evidence base. *Psychotherapy*

- (Chicago, Ill.). 2022. Vol. 59, №3. P. 339–350. DOI: <https://doi.org/10.1037/pst0000402>
41. Schiefer D., van der Noll J. The essentials of social cohesion: A literature review. *Social Indicators Research*. 2017. Vol. 132, № 2. P. 579–603. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11205-016-1314-5>
 42. Sempik J., Hine R., Wilcox D. (Eds.). *Green Care: A Conceptual Framework*. Loughborough University, 2010. URL: https://www.researchgate.net/publication/228746943_Green_Care_A_Conceptual_Framework
 43. Shoemaker C.A., Relf P.D., Lohr V.I. Social science research and horticultural therapy. *HortTechnology*. 2000. Vol. 10, №1. P. 87–93. DOI: <https://doi.org/10.21273/HORTTECH.10.1.87>
 44. Silveira S., Hecht M., Adli M., Voelkle M.C., Singer T. Exploring the Structure and Interrelations of Time-Stable Psychological Resilience, Psychological Vulnerability, and Social Cohesion. *Front Psychiatry*. 2022. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.804763>
 45. Soga M, Gaston K.J., Yamaura Y. Gardening is beneficial for health: A meta-analysis. *Prev. Med. Rep.* 2016, № 5, P. 92–99. URL: https://www.researchgate.net/publication/310393998_Gardening_is_beneficial_for_health_A_meta-analysis
 46. Song M. J., Kim M. Y., Sim I. S., Kim W. S. Evaluation of horticultural therapy on the emotional improvement of depressed patients by using heart rate variability. *Weonye Gwahag Gisulji*. 2010. № 28. P. 1066–1071.
 47. Stevenson M.P., Schilhab T., Bentsen P. Attention Restoration Theory II: a systematic review to clarify attention processes affected by exposure to natural environments. *J Toxicol Environ Health B Crit Rev*. 2018. Vol. 21, №4. P. 227–268. DOI: <https://doi.org/10.1080/10937404.2018.1505571>
 48. Van Den Berg A. E., Custers M. H. G. Gardening promotes neuroendocrine and affective restoration from stress. *Journal of Health Psychology*. 2010. Vol. 16, № 1. P. 3–11. DOI: <https://doi.org/10.1177/1359105310365577>

49. Vujcic M., Tomicevic-Dubljevic J., Grbic M., Lecic-Tosevski D., Vukovic O., Toskovic O. Nature based solution for improving mental health and well-being in urban areas. *Environmental Research*. 2017. Vol. 158. P. 385–392. <https://doi.org/10.1016/j.envres.2017.06.030>
50. Yao W., Zhang X., Gong Q. The effect of exposure to the natural environment on stress reduction: A meta-analysis. *Urban Forestry & Urban Greening*. 2021. Vol. 57. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2020.126932>

Додаток А

Індекс соціальної згуртованості SCORE

Інструкція для респондента: Ознайомтеся з кожним твердженням нижче та позначте, наскільки Ви з ним згодні, використовуючи 5-бальну шкалу:

1 – Повністю не згоден(на)

2 – Скоріше не згоден(на)

3 – Важко відповісти

4 – Скоріше згоден(на)

5 – Повністю згоден(на)

Блок 1. Довіра (Т1–Т4)

1. Т1. Я довіряю людям у моїй громаді.
2. Т2. Я довіряю місцевим органам влади.
3. Т3. Я довіряю громадським організаціям, які працюють у моїй місцевості.
4. Т4. Я довіряю Збройним Силам України.

Блок 2. Соціальні зв'язки та взаємодія (S1–S3)

5. S1. Люди в моїй громаді охоче допомагають одне одному.
6. S2. Я можу покласти на сусідів у разі потреби.
7. S3. У моїй громаді люди разом вирішують важливі проблеми.

Блок 3. Громадянська участь (Р1–Р3)

8. Р1. Я беру участь у місцевих ініціативах, зборах або волонтерстві.
9. Р2. Я почуваюся здатним(ною) впливати на рішення, що приймаються у моїй громаді.
10. Р3. Я відчуваю, що мій голос має значення на виборах.

Блок 4. Колективна ідентичність і толерантність (І1–І3)

11. І1. Я відчуваю приналежність до своєї громади.
12. І2. Я комфортно спілкуюсь із людьми з іншими поглядами чи віросповіданням.
13. І3. Моя громада толерантна до різних культур, релігій, національностей.

Блок 5. Відчуття безпеки (В1–В3)

14. В1. Я почуваюся у безпеці вдень у моїй місцевості.
15. В2. Я почуваюся у безпеці вночі у моїй місцевості.
16. В3. Моя громада здатна впоратись із кризами чи конфліктами.

Обробка результатів

1. Обчислення субіндексів:

- Індекс довіри: середнє арифметичне значень за Т1–Т4
- Індекс соціальної підтримки: середнє за S1–S3
- Індекс громадянської участі: середнє за Р1–Р3
- Індекс толерантності та ідентичності: середнє за І1–І3
- Індекс безпеки: середнє за В1–В3

2. Загальний індекс соціальної згуртованості (SCORE):

Обчислюється як середнє значення всіх п'яти субіндексів.

Рівні інтерпретації результатів

Середні значення інтерпретуються за шкалою:

- 1.80 – Дуже низький рівень
- 1.81 – 2.60 – Низький рівень
- 2.61 – 3.40 – Середній рівень
- 3.41 – 4.20 – Високий рівень
- 4.21 – 5.00 – Дуже високий рівень

Додаток Б

Методика «Соціометричне дослідження групи» Дж. Морено

Інструкція: Перед вами – соціометричне опитування, яке допоможе дослідити зв'язки та рівень згуртованості в громаді. Просимо вас дати щирі відповіді на наведені нижче запитання, обираючи серед людей, з якими ви взаємодіяли в межах діяльності у парковому просторі. Ваші відповіді залишаються конфіденційними.

Соціометричні запитання:

1. З ким із учасників громади ви хотіли б реалізовувати спільний проєкт у межах паркового простору?
2. З ким ви не хотіли б працювати в команді над ініціативами для громади?
3. До кого з учасників ви б звернулися по допомогу в разі особистої або соціальної труднощі?
4. З ким ви проводили б дозвілля у парку, якщо мали б таку можливість?

Обробка результатів

1. Усі відповіді заносяться до соціоматриці: таблиці, де фіксуються вибори кожного респондента.
2. Підраховуються взаємні та односторонні вибори, виявляються ізольовані учасники, лідери, щільність зв'язків.
3. Розраховуються основні показники:
 - Індекс соціометричного статусу (ІСС): кількість отриманих виборів / максимально можлива кількість виборів.
 - Індекс активності: кількість зроблених виборів.
 - Коефіцієнт згуртованості (КЗГ): кількість взаємних виборів / максимально можлива кількість взаємних зв'язків.
 - Результати візуалізуються у вигляді соціограми: схеми взаємозв'язків між членами громади.

Інтерпретація результатів

Учасники, які отримали 3 і більше позитивних виборів – неформальні лідери.

Ті, хто не отримав жодного вибору – соціально ізольовані особи.

Велика кількість взаємних виборів свідчить про високий рівень згуртованості.

Велика кількість односторонніх виборів вказує на дефіцит довіри або незбалансовану структуру взаємодії.

Загальний коефіцієнт згуртованості $> 0,5$ інтерпретується як добрий рівень соціальної єдності громади.

Додаток В

Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя

Інструкція для учасників опитування: Дайте відповідь на наведені нижче запитання, використовуючи шкалу (поставте «+» у відповідній комірці).

Текст опитувальника

Пункт	Зовсім ні	Трохи	Середньо	Дуже сильно	Надзвичайно сильно
	1	2	3	4	5
1. Чи задоволені Ви своїм фізичним здоров'ям?					
2. Чи задоволені Ви якістю свого сну?					
3. Чи задоволені Ви своєю здатністю виконувати свою повсякденну життєву активність?					
4. Чи відчуваєте Ви депресію або тривогу?					
5. Чи відчуваєте Ви здатність насолоджуватися життям?					
6. Чи вважаєте Ви, що у Вас є мета в житті?					
7. Чи відчуваєте Ви оптимізм з приводу майбутнього?					
8. Чи відчуваєте Ви, що контролюєте своє життя?					
9. Чи відчуваєте Ви задоволення собою як особистістю?					
10. Чи задоволені Ви своєю зовнішністю і зовнішнім виглядом?					
11. Чи відчуваєте Ви, що в змозі прожити своє життя так, як хочете?					
12. Чи впевнені Ви в своїх власних думках і переконаннях?					
13. Чи відчуваєте Ви себе в змозі робити те, що Ви хочете робити?					
14. Чи відчуваєте Ви себе в змозі рости і розвиватися як особистість?					
15. Чи задоволені Ви собою і своїми досягненнями?					
16. Чи задоволені Ви своїм особистим і сімейним життям?					
17. Чи щасливі Ви у Ваших дружніх і особистих відносинах?					
18. Чи комфортно Ви почуваетесь стосовно того, як Ви ставитеся до інших і					

спілкуєтеся з іншими?					
19. Чи задоволені Ви своїм сексуальним життям?					
20. Чи в змозі Ви звернутися за допомогою з проблемою?					
21. Чи щасливі Ви, що у Вас є достатньо грошей, щоб задовольнити Ваші потреби?					
22. Чи задоволені Ви вашими можливостями для занять спортом / відпочинку?					
23. Чи задоволені Ви своїм доступом до медичних послуг?					
24. Чи задоволені Ви своєю здатністю працювати?					

Обробка та інтерпретація результатів:

Опитувальник включає три субшкали: «психологічне благополуччя», «фізичне здоров'я та благополуччя» та «стосунки».

Всі запитання, окрім пункту № 4, мають прямий порядок нарахування балів, запитання № 4 – зворотний. Загальний показник суб'єктивного благополуччя рахується як сумарний бал по всіх пунктах методики. Мінімальний показник суб'єктивного благополуччя дорівнює 24 балам, максимальний показник дорівнює 120 балам. Показники по субшкалах розраховуються як сумарні бали по відповідних пунктах методики:

Субшкала «психологічне благополуччя» – пункти №№ 4–15.

Субшкала «фізичне здоров'я та благополуччя» – пункти №№ 1–3, 21–24.

Субшкала «стосунки» – пункти №№ 16–20.

Отримані показники порівнюються з нормативними. Нормативні дані за рівнями суб'єктивного благополуччя представлені у таблиці нижче.

Субшкали та загальний показник суб'єктивного благополуччя	Норми		
	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Психологічне благополуччя	12–39	40–47	48–60
Фізичне здоров'я та благополуччя	7–20	21–25	26–35
Стосунки	5–16	17–20	21–25
Суб'єктивне благополуччя	24–76	77–91	92–120

Додаток Г

Результати дослідження за методикою «Індекс соціальної згуртованості SCORE», сирі бали

Респондент	T1	T2	T3	T4	S1	S2	S3	P1	P2	P3	I1	I2	I3	B1	B2	B3	Індекс довіри	Індекс підтримки	Індекс участі	Індекс ідентичності	Індекс безпеки	Індекс SCORE
1	3	3	3	3	3	5	1	2	5	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3,666667	2,666667	2,666667	3
2	3	1	5	5	3	3	2	4	3	2	5	4	5	4	3	3	3,5	2,666667	3	4,666667	3,333333	3,433333
3	5	4	1	1	3	4	5	2	3	3	5	4	4	3	3	2	2,75	4	2,666667	4,333333	2,666667	3,283333
4	1	4	4	5	5	3	4	5	4	2	3	2	5	3	2	3	3,5	4	3,666667	3,333333	2,666667	3,433333
5	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	4	3	2	1	4	3	2,75	3,333333	3,333333	3	2,666667	3,016667
6	4	2	2	1	3	3	3	3	5	2	3	4	3	3	4	5	2,25	3	3,333333	3,333333	4	3,183333
7	2	5	3	2	3	5	3	2	3	2	1	2	2	2	2	3	3	3,666667	2,333333	1,666667	2,333333	2,6
8	2	2	4	3	3	2	2	1	2	2	2	1	2	3	2	3	2,75	2,333333	1,666667	1,666667	2,666667	2,216667
9	3	3	1	4	3	1	4	5	1	2	4	4	2	2	3	3	2,75	2,666667	2,666667	3,333333	2,666667	2,816667
10	3	3	3	4	1	2	4	4	3	3	2	3	3	2	2	3	3,25	2,333333	3,333333	2,666667	2,333333	2,783333
11	1	2	2	2	2	4	3	3	4	3	1	3	3	4	3	2	1,75	3	3,333333	2,333333	3	2,683333
12	2	3	3	3	3	5	3	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2,75	3,666667	2	2	2,666667	2,616667
13	1	3	3	5	2	3	5	4	4	2	2	3	5	3	3	2	3	3,333333	3,333333	3,333333	2,666667	3,133333
14	4	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	1	2	2	2,75	2,333333	2,666667	2,666667	1,666667	2,416667
15	1	5	2	4	2	3	4	3	3	3	2	5	4	5	2	4	3	3	3	3,666667	3,666667	3,266667
16	5	2	1	4	3	4	2	4	2	2	2	4	3	3	3	4	3	3	2,666667	3	3,333333	3
17	3	4	3	3	3	2	4	3	2	4	3	3	5	3	2	5	3,25	3	3	3,666667	3,333333	3,25
18	3	2	2	4	3	3	4	4	2	2	2	4	1	3	4	4	2,75	3,333333	2,666667	2,333333	3,666667	2,95
19	2	4	2	4	2	3	4	2	2	4	4	3	3	3	2	2	3	3	2,666667	3,333333	2,333333	2,866667
20	2	5	3	3	3	5	2	3	3	3	1	4	5	3	3	5	3,25	3,333333	3	3,333333	3,666667	3,316667
21	4	2	3	3	3	4	5	5	3	2	5	4	2	5	4	3	3	4	3,333333	3,666667	4	3,6
22	3	3	1	2	4	1	2	3	3	5	2	2	4	3	2	3	2,25	2,333333	3,666667	2,666667	2,666667	2,716667
23	2	2	3	3	5	3	3	3	1	3	2	5	2	3	1	5	2,5	3,666667	2,333333	3	3	2,9
24	3	3	1	4	2	4	2	2	1	3	3	1	4	3	3	3	2,75	2,666667	2	2,666667	3	2,616667
25	3	3	2	2	4	5	3	2	3	3	1	2	4	3	1	2	2,5	4	2,666667	2,333333	2	2,7
26	2	3	1	2	4	2	3	2	1	2	4	4	4	3	3	2	2	3	1,666667	4	2,666667	2,666667
27	2	4	1	1	2	1	2	3	3	4	4	2	2	3	3	2	2	1,666667	3,333333	2,666667	2,666667	2,466667
28	3	3	3	3	2	5	4	2	4	3	4	4	3	1	2	3	3	3,666667	3	3,666667	2	3,066667
29	3	2	2	4	5	3	2	2	1	5	2	3	2	3	3	4	2,75	3,333333	2,666667	2,333333	3,333333	2,883333
30	2	1	2	5	4	3	3	3	2	5	3	3	3	1	2	4	2,5	3,333333	3,333333	3	2,333333	2,9

Додаток Г

Результати дослідження за методикою «Соціометричне дослідження групи» Дж. Морено, сирі бали

Респондент	Отримано позитивних виборів	Зроблено позитивних виборів	ІСС	Індекс активності	Лідер	Ізольований
1	4	5	0,137931	5	+	-
2	4	5	0,137931	5	+	-
3	4	4	0,137931	4	+	-
4	7	5	0,241379	5	+	-
5	7	5	0,241379	5	+	-
6	5	3	0,172414	3	+	-
7	3	3	0,103448	3	+	-
8	5	5	0,172414	5	+	-
9	5	4	0,172414	4	+	-
10	2	3	0,068966	3	-	-
11	6	5	0,206897	5	+	-
12	2	3	0,068966	3	-	-
13	4	5	0,137931	5	+	-
14	1	3	0,034483	3	-	-
15	4	4	0,137931	4	+	-
16	6	5	0,206897	5	+	-
17	4	4	0,137931	4	+	-
18	2	3	0,068966	3	-	-
19	5	4	0,172414	4	+	-
20	5	6	0,172414	6	+	-
21	4	5	0,137931	5	+	-
22	6	6	0,206897	6	+	-
23	6	5	0,206897	5	+	-
24	5	5	0,172414	5	+	-
25	7	5	0,241379	5	+	-
26	4	5	0,137931	5	+	-
27	4	4	0,137931	4	+	-
28	4	5	0,137931	5	+	-
29	4	5	0,137931	5	+	-
30	3	3	0,103448	3	+	-

Додаток Д

Результати дослідження за методикою «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя», сирі бали

Респондент	№ питання																								Психологічне благополуччя	Фізичне здоров'я та благополуччя	Стосунки	Загальний показник СБ
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24				
1	3	5	4	3	2	2	2	4	3	4	1	5	4	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	35	23	14	72
2	3	4	2	3	3	1	3	2	2	5	5	4	3	2	4	3	2	3	1	5	3	4	3	3	37	22	14	73
3	3	2	5	2	5	4	3	5	2	2	1	3	3	3	4	3	3	3	2	4	2	5	4	2	37	23	15	75
4	1	4	4	2	4	2	3	2	4	3	3	2	3	3	4	3	4	3	2	4	4	3	4	3	35	23	16	74
5	3	3	1	4	1	3	3	3	5	3	3	4	3	2	3	2	5	4	3	4	4	2	4	3	37	20	18	75
6	4	4	3	4	3	3	4	4	1	3	3	3	2	3	5	3	3	4	3	5	5	3	3	3	38	25	18	81
7	3	1	3	3	2	3	5	3	2	3	5	3	4	4	3	4	3	3	3	3	2	4	3	2	40	18	16	74
8	1	3	4	5	3	3	3	2	4	3	5	2	3	2	5	4	3	4	4	3	3	3	2	4	40	20	18	78
9	5	3	3	3	4	4	4	4	3	2	2	4	3	1	2	4	1	2	3	4	4	3	4	3	36	25	14	75
10	3	4	3	2	4	3	2	3	3	3	5	3	4	3	4	3	3	3	2	4	3	1	3	2	39	19	15	73
11	5	5	5	3	1	5	3	5	5	4	3	3	4	3	2	3	5	4	3	2	3	5	2	3	41	28	17	86
12	4	4	4	2	3	3	4	4	4	5	3	3	4	3	4	4	4	3	3	2	3	1	3	3	42	22	16	80
13	3	3	1	5	4	3	2	3	4	3	3	2	2	3	3	3	4	5	3	3	4	3	3	2	37	19	18	74
14	1	5	4	2	3	2	2	3	3	4	4	3	5	4	3	3	3	3	3	4	1	2	1	1	38	15	16	69
15	4	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	4	4	2	2	3	1	3	5	3	34	23	15	72
16	3	3	3	3	5	3	5	5	2	2	2	1	2	4	2	3	4	1	4	3	2	4	3	4	36	22	15	73
17	4	4	3	4	4	4	5	3	3	4	3	5	4	3	4	4	2	5	3	4	3	4	3	1	46	22	18	86
18	5	2	3	1	5	3	3	3	3	3	4	4	4	4	2	3	2	3	3	4	3	2	2	4	39	21	15	75
19	3	2	2	2	2	4	4	2	2	5	3	3	4	5	5	4	3	2	4	3	3	5	2	3	41	20	16	77
20	1	3	2	4	2	3	4	3	5	3	3	4	3	5	1	5	1	4	3	5	2	3	5	3	40	19	18	77
21	3	4	3	3	3	5	1	3	5	4	3	3	3	2	3	3	3	2	5	5	4	3	3	4	38	24	18	80
22	4	2	5	2	5	4	3	3	5	4	1	1	3	4	5	2	3	3	5	4	4	3	3	3	40	24	17	81
23	2	4	4	1	5	3	4	5	4	3	3	2	5	3	3	4	3	3	2	4	3	4	3	4	41	24	16	81
24	3	3	4	3	2	1	4	3	4	3	2	1	3	3	3	3	5	3	3	4	3	3	4	5	32	25	18	75
25	2	5	3	3	3	5	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	4	3	4	2	2	1	33	19	15	67
26	2	3	2	4	2	3	3	3	3	4	1	4	3	2	4	5	2	3	4	4	2	3	3	3	36	18	18	72
27	3	3	3	2	1	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	4	3	4	34	22	13	69
28	4	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	5	3	3	2	2	3	2	2	3	2	4	38	20	12	70
29	2	3	3	1	2	3	5	4	4	3	2	4	5	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	39	19	15	73
30	3	3	2	3	3	2	3	2	2	5	3	4	3	4	4	3	3	3	3	5	4	5	2	4	38	23	17	78

Додаток Е

Анкета для оцінки емоційного сприйняття паркового простору та соціальної взаємодії (власна розробка)

Шановні учасники! Анкета є анонімною і призначена для дослідницьких цілей. Просимо Вас дати щирі відповіді. Оберіть відповідний варіант або заповніть відкриті поля.

I. Загальна інформація:

1. Вік: _____

2. Стать:

- Чоловіча
- Жіноча

3. Як довго Ви проживаєте в цьому мікрорайоні?

- Менше 1 року
- 1–3 роки
- 4–10 років
- Понад 10 років

II. Досвід використання паркового простору:

4. Як часто Ви відвідуєте місцевий парк?

- Щодня
- 2–3 рази на тиждень
- Раз на тиждень
- Рідше
- Взагалі не відвідную

5. Яка основна мета Вашого перебування в парку? (можна обрати декілька варіантів)

- Прогулянка
- Спілкування з друзями / знайомими
- Вигулювання тварин

- Фізична активність (спорт, рухливі ігри)
- Самота / емоційне відновлення
- Інше: _____

6. Наскільки комфортно Ви почуваетесь у парку?

- Дуже комфортно
- Комфортно
- Нейтрально
- Незручно
- Дуже незручно

III. Емоційне сприйняття паркового простору:

7. Що Ви можете сказати про власні відчуття та враження під час перебування в парку? (оберіть усі твердження, з якими Ви погоджуєтесь):

- Парк допомагає мені зняти стрес і відновити сили
- Я відчуваю у парку в безпеці
- У парку легко зав'язати нові знайомства
- Я вважаю парк місцем, яке об'єднує мешканців
- Мені приємно бачити інших людей у парку
- Я відчуваю емоційно відкритішим у парку, ніж у інших публічних місцях

IV. Соціальні зв'язки і участь:

8. Чи знайомитеся Ви з новими людьми під час перебування в парку?

- Так, часто
- Іноді
- Рідко
- Ніколи

9. Чи берете Ви участь у спільних заходах, що проходять у парку (святка, толоки, ярмарки тощо)?

- Так
- Ніколи

– Ні, але хотів/ла б

– Ні, не цікаво

10. Як Ви вважаєте, що може зробити парк більш дружнім і згуртованим простором?

(Ваша відповідь у довільній формі)

Щиро дякуємо за участь у дослідженні!

Додаток Ж









Додаток 3

Сертифікат участі у круглому столі в рамках міжнародного проєкту Erasmus+



Додаток И

Сертифікат про проходження науково-практичного курсу «Базовий курс з



МЕЛІТОПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО



Сертифікат

№ 44/31-26

засвідчує, що

Новікова Олена Олександрівна

прослухав/прослухала науково-практичний курс «Базовий курс з психології»
13.01.2025 р. - 24.01.2025 р.
90 годин (3 кредити ECTS)

Ректор
Мелітопольського державного педагогічного
університету імені Богдана Хмельницького




Наталя Фалько

24 січня 2025 р.
м. Запоріжжя



психології»

Додаток І

Сертифікат про участь у конференції «ЛЮДИНА І СВІТ»





Метадані

ДОКУМЕНТ

Заголовок

Новікова О.О._кваліфікаційна робота

Автор

Новікова О.О.

Науковий керівник / Експерт

Олександр Непша

ІД документа

333601491

ОРГАНІЗАЦІЯ

Назва організації

Bogdan Khmelnitsky Melitopol State Pedagogical University

підрозділ

Melitopol State Pedagogical University named after
B.Khmelnytskyi

ЗВІТ

Дата звіту

4/15/2026

Дата редагування

Обсяг знайдених подібностей

Коефіцієнт подібності визначає, який відсоток тексту по відношенню до загального обсягу тексту було знайдено в різних джерелах. Зверніть увагу, що високі значення коефіцієнта не автоматично означають плагіат. Звіт має аналізувати компетентна / уповноважена особа.



13764

Кількість слів



110470

Кількість символів